

VORWORT

# Bewegung schafft Lebensqualität

Die Betreuung von PatientInnen im Bereich der Orthopädie und Sportmedizin erfordert Know-how und koordinierte Zusammenarbeit. Wesentlicher Partner ist hier die Physiotherapie.

**P**hysiotherapie ist die Arbeit mit Bewegung. Wo steht Bewegung mehr im Zentrum als in den Bereichen der Sportmedizin und Orthopädie? Der Fokus der Physiotherapie liegt auf der Entwicklung und der Funktionsförderung des Bewegungssystems sowie auf dem Wechselspiel von Sensorik und Motorik. PhysiotherapeutInnen arbeiten mit ihren PatientInnen an der Erreichung der gemeinsam definierten Ziele hinsichtlich der Verbesserung der Bewegungsfähigkeit, Kraft und Ausdauer sowie an der Reduktion vorhandener Schmerzen. Es ist falsch, dass Physiotherapie nur nach einer Verletzung oder Operation – wie zum Beispiel einer Hüft-Totalendoprothese oder Kreuzband-OP – ihre Wirksamkeit zeigt. Physiotherapie kann Überlastungen bereits vor dem Eintreten von Beschwerden entgegenwirken.

**Wie arbeiten PhysiotherapeutInnen?**  
PhysiotherapeutInnen bedienen sich verschiedenster Analyse-

instrumente und Behandlungs- sowie Trainingsmethoden. Sie setzen Geräte und Therapieformen ein, die spezifisch auf die Bedürfnisse der Klienten zugeschnitten sind. Wesentlicher Bestandteil der physiotherapeutischen Behandlung ist die regelmäßige Überprüfung der Behandlungsergebnisse und der Wirksamkeit von gesetzten Maßnahmen. Den Ergebnissen dieser Analysen entsprechend, wird die Behandlung und präventive Intervention stetig angepasst. Das Arbeitsfeld der Physiotherapeuten umfasst praktisch alle medizinischen Fachbereiche. Durch die Kenntnis physiologischer Bewegungsabläufe sowie pathophysiologischer Zusammenhänge und das besondere Verständnis für Bewegungsverhalten und -entwicklung können Physiotherapeuten Gefahrenpotenziale bei Bewegungsausführungen erkennen und ökonomisch sicheres Bewegungen anleiten. So können zum Beispiel durch eine Laufanalyse potenzielle Überlastungen analysiert und ein gezieltes Trainingsprogramm für den Laufsportler erarbeitet werden.



**Silvia Móriaux-Kratochvila, MEd**  
Präsidentin von Physio Austria  
Bundesverband der PhysiotherapeutInnen Österreichs

„Die Therapieformen sind individuell auf die PatientInnen zugeschnitten.“

## Return to Activity and Sport

Ist es zu einer Verletzung oder einem operativen Eingriff gekommen, steht die sichere Rückkehr in den Alltag und Sport im Zentrum der gemeinsamen Arbeit mit den Betroffenen. Es gilt, muskuläre und neuromuskuläre Defizite zu vermeiden und ein gezieltes Trainingsprogramm zu entwickeln, um den Betroffenen eine Rückkehr in ihren Sport, Beruf und Alltag zu ermöglichen. Lässt sich eine Operation zum Beispiel an der Hüfte oder am Knie nicht mehr verhindern, erleichtert und beschleunigt ein spezifisches physiotherapeutisches Training vor der Operation die Rehabilitation. Werden bereits vor dem operativen Eingriff gezielt Muskulatur und Sensorik geschult, ist die Wiederaufnahme des Trainings nach der Operation in der Regel früher möglich.

Bei der weiterführenden Therapie ist die Berücksichtigung von Parametern, die für die jeweilige Sportart und für den (Berufs-)Alltag spezifisch sind, wesentlich. So werden bei der Betreu-

ung von Sportlern auf Basis einer Sportartanalyse und leistungsdiagnostischer Tests maßgeschneiderte Trainingspläne erstellt, um die optimale Wettkampffähigkeit zu erreichen. Je nach ausgeübter Sportart werden in der Folge Kraft, Ausdauer, Balance und typische Bewegungsabläufe mit speziellen Maßnahmen trainiert. Begleitende Betreuung während des Trainings und des Wettkampfes verhindert Verletzungen und trägt zur Leistungsoptimierung bei.

## Der Weg zur Physiotherapie

Für die Betreuung im Rahmen der Prävention und Gesundheitsförderung können sich Interessierte direkt an Physiotherapeuten wenden. Im Rahmen der Krankenbehandlung – wenn bereits Beschwerden vorhanden sind oder nach Verletzungen und zur postoperativen Betreuung – benötigen Betroffene eine ärztliche Zuweisung zur Physiotherapie. ■