Neue Konzepte der Physiotherapie

Regula Steinlin Egli

Physiotherapeutin
Studiengangleitung MAS Neurophysiotherapie –
Fachexpertin/ Fachexperte in MS, Morbus Parkinson und Stroke
Universität Basel



Aktiv bleiben

- PMP sie sind bis zu 1/3 weniger aktiv.
 - 24% dieser Inaktivität durch Ernst der Krankheit, Gehen und Behinderung in ADL (Van Nimwegen et al, 2011)
 - Mentale Faktoren Sturzangst (Ellis et al,2011; Nilsson et al 2010)
- Körperliche Bewegung hat viele positive Effekte!
 (verminderte Entzündungsaktivität, höhere
 Vitamine-D-Produktion, neuroprotektive Wirkung)



Parkinson und Inaktivität- ein Teufelskreis



Hauptziele der Physiotherapie

- Vergrösserung der Bewegungsamplitude
- Verhindern von Beweglichkeitseinschränkungen
 - Gelenksbeweglichkeit
 - Aufrechte Haltung
- Erhalten der grösstmöglichen Selbstständigkeit im Alltag





Leitlinien für Physiotherapie

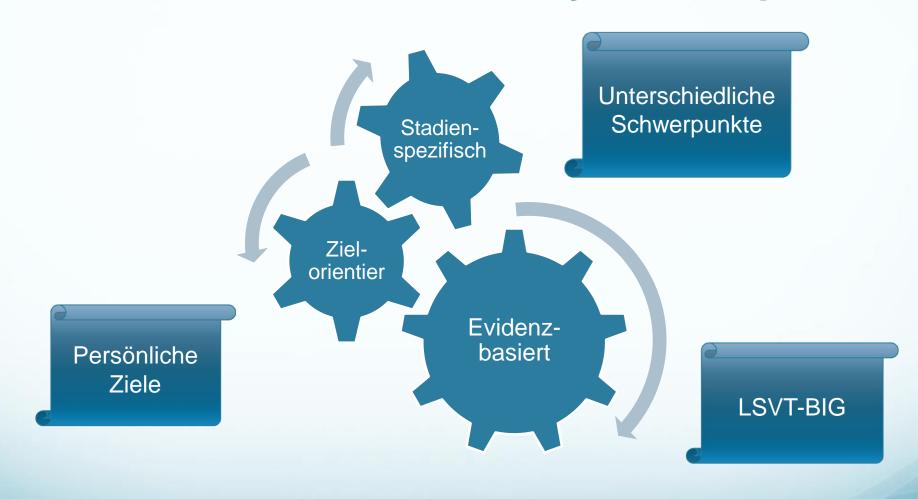
 2004 Holländische Forschergruppe erstellen erste Richtlinien zur physiotherapeutischen Behandlung

Ziel: basierend auf Forschungsergebnissen die Physiotherapeutische Behandlung zu verbessern

- 2006
 Übersetzung und Publikation der Richtlinien ins
 Englische → Empfehlungen der Forschergruppe
 (Qick reference Cards: Anamnese, Befund, Behandlungsziele und Strategien)
- 2010 Anpassung der Quick reference Cards für die Schweiz
- 2014-2015: European Physiotherapy Guidelines for Parkinson's disease (Keus et al, 2015)



Drei Grundsäulen der Physiotherapie





LSVT-BIG

- Raumgreifende, weitausholende, grosse k\u00f6rperliche Bewegung
- möglichst grosser Einsatz und spürbare Anstrengung
- Wahrnehmung der eigenen Bewegung soll neu «kalibriert» werden
 - erfordert intensives und repetitives Training!



Früher Therapiebeginn begünstigt den Erfolg



LSVT-BIG

- Standardisierter Behandlungsplan:
 - 4x/Wo 60 Min. während 4 aufeinanderfolgenden Wochen
- Im Anschluss Fortsetzen der erlernten Heimübungen
- Mögliches Update in Gruppen nach 3-6 Monaten



LSVT-BIG

Wissenschaftlicher Nachweis von

- Steigerung der Schrittlänge und der Gehgeschwindigkeit
- Zielgerichtete Bewegungen der Arme werden grösser und schneller
- Verzögerung des Fortschreitens der Bewegungseinschränkungen





Therapie im OFF

- Erlernen von Cueing-Strategien
- Stimuli aus der Umgebung oder vom Pat. selber generiert
- Aufmerksamkeit vom Patient wird erhöht und dadurch (automatische) Bewegung ausgelöst







Neue Technologien

REVIEW Open Access



Recent advances in rehabilitation for Parkinson's Disease with Exergames: A Systematic Review

Augusto Garcia-Agundez^{1*}, Ann-Kristin Folkerts², Robert Konrad¹, Polona Caserman¹, Thomas Tregel¹, Mareike Goosses², Stefan Göbel¹ and Elke Kalbe²



Neue Technologien

- Konzentrationstraining durch Dual Task
- Motivationsfaktor Spass
- Selbständiges Training zu Hause mit neuen Apps



Integration in den Alltag

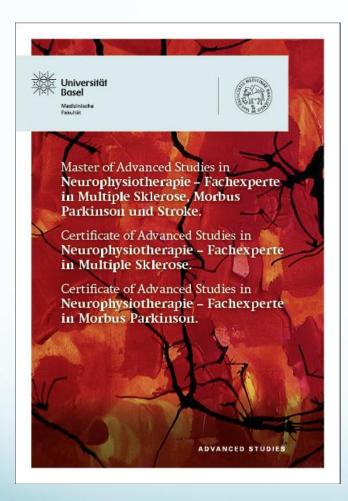
 Studien beweisen h\u00f6heres Sturzrisiko bei Multitask / Menschenansammlungen



- Therapie nicht nur in den Therapieräumen durchführen
- Pilotprojekt
 - 6 x Gehtraining mit dem Therapiehund (1x/Wo)
 - Deutliche Verbesserung im Gleichgewicht (DGI)
 - Deutliche Verbesserung der Gehgeschwindigkeit (1m-Gehtest)



Spezialisierte Ausbildung



- 2019 : Durchführung erster CAS Neurophysiotherapie – Fachexpert/in in M. Parkinson
- 20 Kurstage mit einer Abschlussprüfung
 - Vermittlung interdisziplinäres Fachwissens
 - Evidenzbasierte Therapie wird vorgestellt und praktisch geübt
- Abschluss im Februar 2020 mit 15 Absolvent/innen
- Liste spezialisierter
 Parkinsontherapeutinnen

