Medizinische Trainingstherapie Hüfte-SIG

Aus Gründen besserer Lesbarkeit wird auf Gendern verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter

Kursbeschreibung

Degenerative und traumatische Läsionen der Hüftstrukturen gehören zu den häufigsten Beschwerdebildern in der physiotherapeutischen Praxis. Unabhängig von Art und Schweregrad der Veränderung stellt die aktive Therapie einen Schlüssel zum Erfolg dar und ist dementsprechend als zentraler Pfeiler der Rehabilitation zu betrachten.
Die Beckengelenke im Zentrum des menschlichen Körpers übernehmen sowohl im Rahmen der Statik (als Puffer) als auch in der Dynamik (geführt von myofaszialen Ketten) eine Reihe komplizierter Koordinationsaufgaben. Darüber hinaus bieten sie im kleinen Becken den inneren Organen Schutz und eine stabile Basis. Es ist daher nicht verwunderlich, dass das Sakroiliakalgelenk häufig für Rückenschmerzen verantwortlich ist und bei ca. 15 % der Betroffenen ursächlich für die entsprechenden Beschwerden verantwortlich gemacht werden kann.
Auch im Leistungs- und Breitensport berichten zunehmend mehr Patienten von Symptomen im Beckenbereich. Nicht weniger als 20% der symptomatischen Athleten in Ballsportarten sind durch die sogenannte Sportlerleiste oder die Pubalgie gezwungen, ihre Leistung zu reduzieren.

Kursinhalte

- Theoretische Inhalte
  - Funktionelle Anatomie
  - Ausgewählte biomechanische Aspekte
  - Aktuelle Leitlinien
  - Operationstechniken

- Praktische Inhalte
  - Untersuchung
  - Erkennen klinischer Muster
  - Trainingstherapeutische Umsetzung
  - Automobilisation - Autostabilisation
  - Training der motorischen Grundeigenschaften

- Thematisierte Krankheitsbilder
  - Arthrose und Endoprothetik
  - Labrumläsionen und femoroacetabuläres Impingement
  - Mikroinstabilität und Dysplasie des Hüftgelenks
  - Trochanterschmerzsyndrom
  - Leistenschmerzen muskulärer und symphysaler Genese
  - Sakroilikale Schmerzen

Kursziele

Du erwirbst Kompetenzen zur Erkennung klinischer Muster sowie zur Erstellung indikationsspezifischer Trainingsprogramme auf Basis impairmentorientierter Assessments.