

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

Kursbeschreibung

Der Fuß ist ein komplexes Gebilde und der am meisten belastete Körperabschnitt. Es ist daher nicht verwunderlich, dass sich hier eine Reihe von degenerativen Krankheitsbildern (tendinös und arthrogen) in einer großen Patientengruppe zeigen. Aber auch im Leistungssport spielen die Sprunggelenksinstabilität und akute Muskelverletzungen eine gewichtige Rolle.

Neben der Befundaufnahme (Anamnese und ausgewählte manuelle Testverfahren) werden in diesem Kurs beschreibende und funktionell anatomische Aspekte behandelt und die daraus entstehenden trainingstherapeutischen Konsequenzen (Automobilisation- Autostabilisation) erarbeitet.

Die Autostabilisation findet mit verschiedenen Hilfsmitteln statt (überwiegend freie Gewichte, Seilzug, etc.). Des Weiteren werden Zusammenhänge zu entfernt liegenden Läsionen aufgezeigt (aufsteigende und absteigende Ursachen-Folge-Ketten) und daraus resultierende Behandlungsstrategien erarbeitet.

Kursinhalte

Folgende Pathologien stehen im Mittelpunkt:

- Gewölbeschäden/Gewölbschwächen
- Tendomuskuläre Läsionen:
 - Tibialis posterior Tendinopathie
 - Achillessehnen-Tendinopathie/-Ruptur
 - Muskelverletzungen Triceps surae
- Instabilität des oberen Sprunggelenks
- Knorpelläsionen (v.a. talocrural)
- Impingement des oberen Sprunggelenks

