

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

Kursbeschreibung

Degenerative und traumatische Läsionen der Kniegelenksbinnenstrukturen gehören zu den häufigsten Krankheitsbildern in der physio- und sporttherapeutischen Praxis. Nicht selten sind die Patienten auf Grund der Schmerzsymptomatik stark eingeschränkt oder müssen Ihre Teilnahme an kniebelastenden Sportarten reduzieren.

Kursinhalte

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

Der praktische Aufbau erfolgt zeitbasiert (Wundheilungskriterien, Adaption passiver Strukturen) und kriterienbasiert (u.a. Star Excursion Balance Test, Sprungtests). Darüber hinaus werden die wichtigsten Fragebögen vorgestellt (u.a. Knee Osteoarthritis Outcome Score, ACL-Return to Sport after Injury). Praktische Übungen werden als Automobilisationen und -stabilisationen mit und ohne Geräte (Hanteln, Theraband, etc.) durchgeführt.

Folgende Pathologien und Strategien stehen dabei im Mittelpunkt:

- vordere Kreuzbandruptur (konservativ – operativ)
- Knie-Endoprothese
- Patellofemorales Schmerzsyndrom
- Meniskusverletzungen
- Mobilisation des Kniegelenks (Patello-, Tibiofemoral)
- Stabilisation des Kniegelenks

