

## **ESP Themenkurs Arthrose/Osteoporose**

Einzelveranstaltung der Ausbildung

ESP Präventions- und Rehabilitations-TherapeutIn

# ESP Themenkurs Arthrose/Osteoporose

## Einzelveranstaltung der Ausbildung

## ESP Präventions- und Rehabilitations-TherapeutIn

### Einleitung

Immer häufiger haben auch schon jüngere Personen arthrotische und osteoporotische Probleme. In den letzten Jahren sind die beiden Krankheiten immer mehr in den Vordergrund gerückt, da sie auch für die Wirtschaft ein grosses Problem darstellen.

Die Wissenschaft beschäftigt sich immer häufiger mit diesen Fragestellungen. In diesem Kurs erhältst Du die neuesten ESP Einblicke in dem Gebiet der Arthrose und Osteoporose und die entsprechenden effektiven physiotherapeutischen Massnahmen.

### Handlungs- kompetenzen (Ziele)

Die Teilnehmenden können

- klinische Befunde (subjektive und physische) bewerten, analysieren und adäquate physiotherapeutische Behandlungen planen
- absolute und relative Kontraindikationen und Vorsichtssituationen (Red Flags) evaluieren
- „S.M.A.R.T.“ definierte Behandlungsziele konzipieren
- mithilfe der Kenntnisse über die physiotherapeutische Diagnose einen Leitfaden für die Bestimmung des Behandlungsplans erstellen
- nach wissenschaftlichen und evidenzbasierten Erkenntnissen handeln und kritisch ihre physiotherapeutischen Behandlungen nach ausgewählten Qualitätskriterien bewerten
- eigenständig konkrete Patientenbeispiele managen
- die Kenntnisse über das Aufstellen eines Behandlungsplan nach ICF bei individuellen Patientenbehandlungen anwenden
- auf systematische Weise die Fortschritte unter Zuhilfenahme von anerkannten Messmethoden evaluieren

## **Medizinisches Unterrichtsgebiet**

Die Teilnehmenden kennen

- die spezifische Physiologie und Funktionen des Bindegewebes von Knorpel und Knochen
- die unterschiedlichen Operationstechniken und deren klinische Relevanz für die Rehabilitation

## **Physiotherapeutisches Unterrichtsgebiet**

Die Teilnehmenden kennen

- die unterschiedlichen Pathologien/Verletzungen bei Knorpel und Knochen
- die unterschiedlichen physiotherapeutischen Tests bei Arthrose und Osteoporose und können diese praktisch ausführen und interpretieren
- die Prinzipien und Richtlinien für aktive Rehabilitation bei Patienten mit Arthrose und Osteoporose
- die relevanten Übungen der unteren Extremität und können diese praktisch ausführen

Die Teilnehmenden können

- ein Rehabilitationsprogramm bei Patienten mit Arthrose und Osteoporose erstellen

## **Inhalte**

- Spezifische Physiologie des Bindegewebes und Funktionen von Knochen und Knorpel
- Pathologien des Knorpels und der Knochen; Stadien der Arthrose und Osteoporose, Klassifikationen und die klinische Relevanz für die physiotherapeutische Behandlung
- Physiotherapeutische Untersuchung bei Patienten mit Arthrose und Osteoporose; ein Leitfaden für die Diagnostik
- Trainingslehre Mobilität, Koordination, Kraft und Ausdauer
- Methodik aktive Rehabilitation bei Patienten mit Arthrose und/oder Osteoporose
- Erstellen von Rehabilitationsprogrammen
- Skillslab
- Fallbeispiele

## **Methoden/ Arbeitsweisen**

50% Theorie und 50% Praxis

- Im ersten Tagesteil werden die theoretischen Grundlagen in Form von Inputreferaten zur praktischen Umsetzung des zweiten Tagesteiles vorbereitet.
- Im praktischen Teil werden diverse Skills und Rehabilitationsmethoden in Kleingruppen geübt und vertieft. Zur Vertiefung und Verständniskontrolle werden zudem Aufgaben an die Teilnehmenden abgegeben.

## **Lernerfolgs- kontrolle**

Beim praktischen Üben wird mittels Feedback vom Dozenten sowie Peerfeedback die Selbstkontrolle gefördert. Lernziele werden anhand eines Fallbeispiels verinnerlicht. Während des Kurses wird regelmässig das Erlernte wiederholt und es werden zusätzlich kurze Selbstreflexionen durchgeführt.

**Maximale  
Gruppengröße**

24 Teilnehmende mit einer Lehrperson

**Vorbereitungsauftrag**

Bitte bring Sportkleidung für In- und Outdoor mit.

**Bemerkungen**

Dieser Kurs ist eine Einzelveranstaltung der Ausbildung ESP Präventions- und Rehabilitations-TherapeutIn, kann jedoch auch unabhängig davon besucht werden. Wir empfehlen die Basismodule vor den Themenkursen zu absolvieren. Die Inhalte der Basismodule werden nicht in den Themenkursen besprochen.



**Zielgruppe**

Fachpersonen für Physiotherapie, Sport- und Bewegungswissenschaft sowie SportlehrerInnen und Ärzteschaft

**Teilnahme-  
voraussetzungen**

Berufsdiplom

Der Kurs baut auf dem Curriculum der Fachhochschulen für Physiotherapie auf. Es wird demnach erwartet, dass die Basiskenntnisse und -kompetenzen betreffend Anatomie und Physiologie von Knochen und Knorpel beherrscht werden. Ebenfalls werden sportwissenschaftliche Basiskenntnisse in den Bereichen Mobilität, Koordination, Kraft und Ausdauer vorausgesetzt.

## Dozenten

Martin Opey



- Physiotherapeut MSc.
- Seit 2003 für ESP Education Network tätig unter anderem mit den Themen Evidence Based Practice, Schulter- und Wirbelsäulenreha

- Er ist Mitherausgeber des Thieme Fachbuches "Sportphysiotherapie" das 2011 erschien. Ausserdem ist er Mitherausgeber der Thieme-Zeitschrift "Sportphysio".

Publikationen (nicht vollständig):

- Opey M. Pathologien der langen Bizepssehne – Erkennen, testen, behandeln. Physiopraxis. 2017;(2):24–29. (German).
- Opey M. Fall 5: 55-jähriger inaktiver Mann mit Übergewicht und Diabetes. In: Bant H, Perrot G, eds. Lumbale Rückenbeschwerden – Aktive Rehabilitation in Der Physiotherapie. Stuttgart: Thieme; 2017:363–379.
- Bant H, Haas H-J, Opey M, Steverding M. Sportphysiotherapie. 2nd ed. Stuttgart; 2018.
- Opey, M. J., Bosch, K., Khalfallah, F. Z., Wijnands, A. M. M. P., van den Berg, R. B., Bernards, N. T. M., ... Tak, I. J. R. (2018). The decline step-down test measuring the maximum pain-free flexion angle: A reliable and valid performance test in patients with patellofemoral pain. Physical Therapy in Sport. (peer-reviewed).

Kursort	Bad Zurzach
Kurs	21304
Datum	27. + 28. November 2021
Zeiten	9.00 bis 17.00 Uhr
Kosten	CHF 460.–