

ESP Update Skapuladyskinesie

Wenn sich die Praxis nicht ans Lehrbuch hält

ESP Update Skapuladyskinesie

Einleitung

Während in Unterrichtsbüchern meistens extreme Formen von Skapuladysfunktion besprochen werden (wie zum Beispiel nach Nervus thoracicus longus Ausfall) sieht der Physiotherapeut im Praxisalltag viel häufiger diffuse Auffälligkeiten im skapulothorakalen Rhythmus die alles andere als einfach zu interpretieren sind. Dabei sind bis heute einfache Fragen, z.B. wie entstehen Schulterbeschwerden durch Skapuladysfunktion oder entstehen Skapuladysfunktionen durch Schulterbeschwerden, nicht abschliessend geklärt.

Der Kurs geht auf diese Fragen ein, gibt Hilfestellung mittels Skapuladyskinesie-Tests, Symptommodifikation als Strategie und Interventionen aus dem Bereich myofaszialer Release und Trainingstherapie werden kombiniert angeboten.

Handlungs- kompetenzen (Ziele)

Die Teilnehmenden

- lernen die verschiedenen Arten der Skapuladysfunktion kennen
- können den Skapuladyskinesie-Test in Kombination mit Symptommodifikation anwenden
- können einschätzen ob es sich eher um ein Problem im Sinne von “soft tissue flexibility” oder “muscle performance” handelt
- können gezielt Weichteiltechniken auswählen und anwenden
- können gezielt Übungen auswählen und Intensität und Frequenz bestimmen

Inhalte

- Bedeutung der Skapula bei Alltags- und Sportaktivitäten
- Prävalenz von Skapuladyskinesie (auch bei gesunden Personen)
- Red Flags wie Parsonage-Turner Syndrom
- Skapuladyskinesie nach Kibler
- Skapuladyskinesie-Tests
- Flowchart von Cools bezüglich “soft tissue flexibility” und “muscle performance”
- Weichteiltechniken
- Übungs- und Trainingstherapie unter Einbezug der ESP-Rehakreise Koordination und Kraft

**Methoden/
Arbeitsweisen**

50% Theorie und 50% Praxis

- 3.5 Stunden Theorie in Form von Inputreferaten
- 3.5 Stunden praktische Anwendungen in Kleingruppen
- Die Theorie bereitet die Grundlage zur praktischen Umsetzung vor. In der Praxis werden diverse Skills und Rehabilitationsmethoden geübt und vertieft.
- Vertiefung und Verständniskontrolle anhand diverser Aufgaben

**Maximale
Gruppengrösse**

24 Teilnehmende mit einer Lehrperson

Zielgruppe

Fachpersonen für Physiotherapie und Ergotherapie

**Teilnahme-
voraussetzungen**

Berufsdiplom

Dozent

Martin Ophey



- 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):

- Ophey M. Pathologien der langen Bizepssehne - Erkennen, testen, behandeln. Physiopraxis. 2017;(2):24-29. (German).
- Ophey 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, Ophey M, Steverding M. Sportphysiotherapie. 2nd ed. Stuttgart; 2018.
- Ophey, M. J., Bosch, K., Khalfallah, F. Z., Wijnands, A. M. M. P., van den Berg, R. B., Bernardis, 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	23318
Datum	19. Juni 2023
Zeiten	9.00 bis 17.00 Uhr
Kosten	CHF 230.-