

PNF - Symposium "PNF NETWORKING – PNF VERENETZT" 15. Oktober 2016 München

Abstrakt: Was tun wenn wir das Gleichgewicht verlieren? - Behandlungsstrategien mit PNF

Die Folge einer eingeschränkten posturalen Kontrolle / Gleichgewicht sind Stürze (Lamb & Ferrucci et al., 2003). In dem Review von Weerdesteyn & de Niet et al. (2008) werden die Sturzinzidenzraten zusammengefasst. Dabei stürzen 10,5%- 47% in der stationären Rehabilitation beim Lagewechsel oder Gehen nach Schlaganfall. Bei zu Hause lebenden Patienten stürzen zwischen 40% und 73% der Patienten innerhalb der ersten 12 Monate. Diese Datenlage ist alarmierend und verdeutlicht wie wichtig weiterführende Rehabilitation bzw. Physiotherapie ist um das Sturzrisiko zu vermindern.

Denn „Balance“ oder „Gleichgewicht“ ist das Resultat der Interaktion zwischen den sensorischen, motorischen und kognitiven Prozessen (Gjelsvik, 2002) und ist somit die Voraussetzung für die uneingeschränkte Teilhabe am Leben.

Unter „posturaler Stabilität“ oder „Balance“ versteht man die Fähigkeit, den Körperschwerpunkt (KSP) innerhalb der Unterstützungsfläche, den sogenannten „Stabilitätsgrenzen“, beizubehalten (Horak, 2006).

Um das Gleichgewicht aufrechterhalten zu können, müssen die auf den Körper einwirkenden internen Kräfte (Bewegungen des Körpers) und externe Kräfte (Schwerkraft, Umwelt) ständig kompensiert werden (Shumway-Cook & Woollacott, 2007).

Um die für den Erhalt vom Gleichgewicht nötigen Kräfte anzupassen, wird die Kombination von Feedforward- und Feedback-Kontrollmechanismen genutzt.

Da die Ursache für Gleichgewichtsstörungen sehr vielfältig sein können ist es notwendig im Rahmen des Clinical Reasoning herauszufinden weshalb der Patient eine insuffiziente posturale Kontrolle aufweist und somit kein Gleichgewicht bewahren kann.

Anhand von unterschiedlichen Patientenbeispielen soll die Denk - und Herangehensweise des PNF - Konzeptes dargestellt werden. Welche therapeutischen Interventionen angewandt werden entscheidet der PNF Therapeut anhand des Befundes, seiner klinischen Erfahrung und seinem theoretischen Wissen (Evidenz Based Practise).

Zielstellung des Vortrages:

Darstellung von Behandlungsstrategien bei Gleichgewichtsstörungen mit PNF bei unterschiedlicher Patienten Population.

Literatur:

- Horak, FB. (2006). Postural orientation and equilibrium. what do we need to know about neural control of balance to prevent falls? *Age Ageing*, 35 Suppl, 2:ii7-ii11.
- Gjelsvik, BE. (2002). Form und Funktion. Neurologie, Bobat-Konzept, Physiotherapie. Stuttgart: Thieme-Verlag.
- Shumway-Cook, A. & Woollacott, MH. (2007). Motor Control. Translating Research into Clinical Practise (3 Aufl.). Philadelphia: Lippicott Williams & Wilkins
- Lamb, SE. & Ferrucci, MD. & Volapto, S. & Fried, MD. & Guralnik, MD. (2003). Risk Factors for Falling in Home-Dwelling Older Woman with Stroke. *Stroke*, 34,494-501.
- Weerdesteyn, V. & de Niet, M. & van Duijnhoven, HJR. & Guerts ACH. (2008). Falls in individuals with stroke. *J of Rehabil Research & Development*, 45(8), 1195 -1214.

Benedikt Bömer, PT, MSc.
PNF Senior Instruktor, IPNFA
Bobath G.K. Instruktor, IBITA