

Therapien Spital Wolhusen

Workshop 2

Belastungssteigerung:
Evidence based practice trifft auf Bauchgefühl

Aerni Marina, Affentranger Cinzia, Gisler Tobias, Wyss Anja
22.11.2018



Kompetenz, die lächelt.

Einführung: Patientenvorstellung

Name: Herr Maler

Alter: 32 Jahre alt

Beruf: Maler (auch auf Baustelle unterwegs)

Hobbies: Fussball mit Freunden (Grümpeli 1-2x/Jahr), selten auch mal Biken, Skifahren, Badminton

Diagnose: Ligamentäre Verletzung am KG rechts

St.n. KAS mit Teilmenisektomie,
Chondromalazie Grad II am medialen
Femurcondylus KG rechts



Kompetenz, die lächelt.

Einführung

■ Wiederverletzung VKB:

(Paterno M., Rauh M., Schmitt L., Ford K., Hewett T. 2014)

	ipsilateral	kontralateral
	8.5 %	10.5 %
	10.5 %	23.7 %

■ Ziel: sicher zurück in den Berufsalltag / Sport: **Wiederverletzung vermeiden**

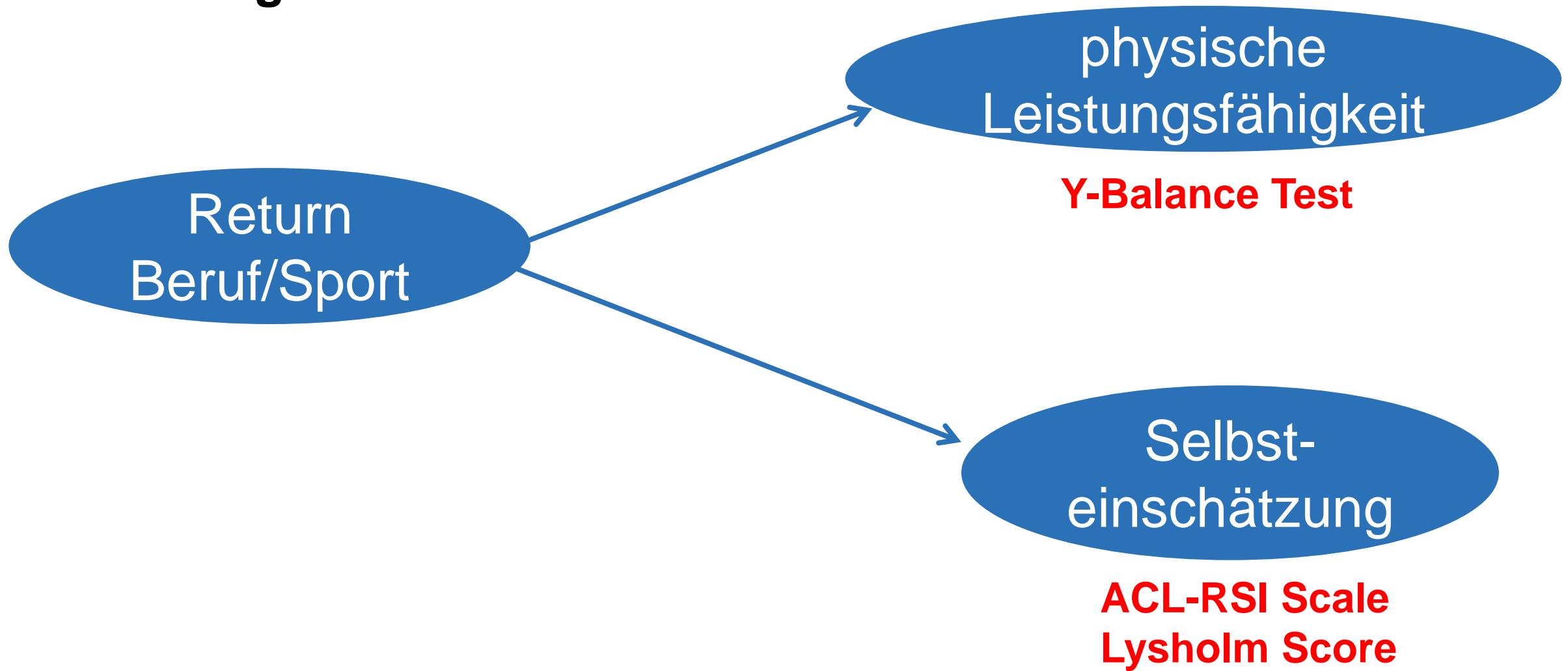
Einführung

- Zeitangaben sind nur Richtwerte



- Objektive Assessments → wissenschaftliche Kriterien?
- Funktionelle Test / Fragebogen

Einführung



Fragebogen als Assessment



ACL-RSI



Anterior Cruciate Ligament Return to Sport After Injury

ACL-RSI-Skala

Einfluss von psychologischen Komponenten

Frust

Zuversicht

Angst

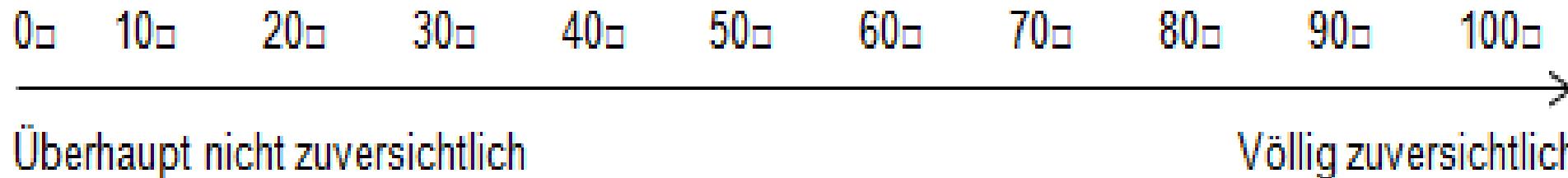
Vertrauen

Vermeidung

ACL-RSI-Skala

- Fragebeispiel:

5. Sind Sie zuversichtlich, dass Sie Ihren Sport ausüben können, ohne Bedenken wegen Ihres Knies zu haben?



Auswertung und Interpretation

100% → volles Vertrauen in das verletzte Kniegelenk

0% → kein Vertrauen in das verletzte Kniegelenk

< 51 % → Signifikante Angst vor einer Re-Traumatisierung besteht
Fehlendes Vertrauen in das Kniegelenk
Diese Patienten kehren seltener in den Sport zurück



Lysholm-Score

Kategorien Lysholm-Score

Hinken

Schmerzen

Belastung

Schwellung

Blockierung

Treppensteigen

Instabilität

Hocken

Auswertung und Interpretation

100 Punkte

→ keine Symptome / Behinderung

95 - 100 Punkte

→ Exzellent

84 - 94 Punkte

→ Gut

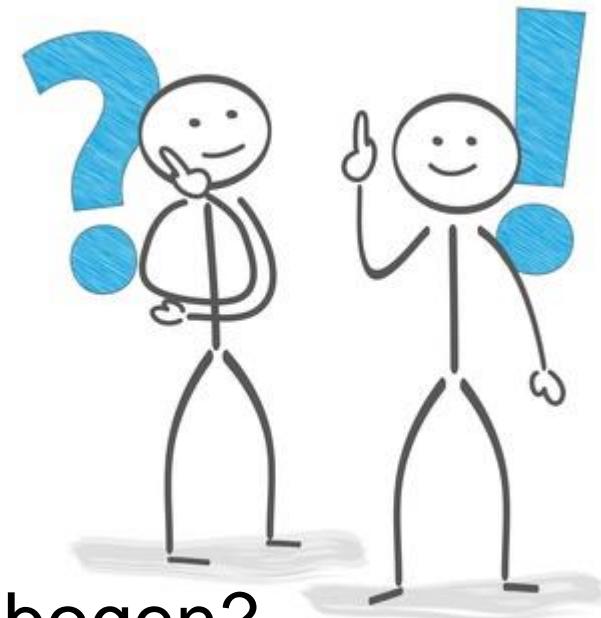
65 - 83 Punkte

→ Mässig

>64 Punkte

→ Schwach

Die minimal klinische Veränderung liegt bei 9-10 Punkten



Gibt es Fragen zu den Fragebogen?

Take Home Message

- Rehabilitation erfolgt **kriterienbasiert** und **individuell** auf den Patienten angepasst
- Bauchgefühl → evidence based practice
- Funktionelle Assessments **und** patientenorientierte Fragebogen

Fragen



Ausblick

- Testbatterie

