



PHYSIOPARK NEWSLETTER

Februar 2012

- 1. ADHS – Physiotherapie wirkungsvoller als Medikamente?**
- 2. Heilmittel-Verordnungen für chronisch Kranke verbessert.**
- 3. neues Physiogramm: Achillessehne - Probleme, Diagnose, Therapien**

1. ADHS – Physiotherapie wirkungsvoller als Medikamente?

Wissenschaftler und Ärzte der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie des Universitätsklinikums Carl Gustav Carus in Dresden wollen im Rahmen einer Vergleichsstudie feststellen, ob bei Kindern mit ADHS und motorischen Störungen eine Physiotherapie besser wirkt, als die Gabe von Medikamenten.

Die Dresdener Psychologin Sina Wanderer erläutert das Ziel der Studie: „In einer groß angelegten Untersuchung sollen die Effekte einer Physiotherapie mit der Gabe eines Medikaments oder eines Elterntrainings verglichen werden“.

Bei Kindern, die von einer reinen ADHS betroffen sind, hat sich die Gabe von Medikamenten bewährt, erklärt Wanderer, stellt jedoch auch klar: „bei Kindern, die zusätzlich unter motorischen Störungen leiden, liegen die Dinge anders.“ Werden in diesen Fällen die Medikamente abgesetzt, kommen die motorischen Probleme zurück. Laut Sina Wanderer muß in diesen Fällen anders geholfen werden. Die



3. neues Physiogramm

"Achillessehne"

Achillodynie: Tendinitis, Peritendinitis, Tendinose

Obwohl die Achillessehne Zugbelastungen bis zum 12,5-fachen des Körpergewichtes toleriert und somit die kräftigste Sehne in unserem Körper ist, kommt es bei Sportlern regelmäßig um das 35.

Psychologin gehört dem Behandlungsteam der Kinder- und Jugendpsychiatrie an, das die ADHS-Patienten sowohl ambulant als auch tagesklinisch therapiert.

Betroffene Kinder sind oftmals Außenseiter

Etwa 30 bis 50 % der Kinder mit ADHS sind betroffen. Sina Wanderer erklärt dazu: „Viele unserer Patienten fallen nicht nur durch ihre Zappeligkeit und ihre Konzentrationsschwächen auf, sondern haben auch große Probleme beim Schreiben oder anderen feinmotorischen Bewegungen wie dem Binden einer Schleife“. Zum Beispiel kommt bei motorisch beeinträchtigten Kindern mit ADHS eine sehr schlechte Handschrift zusätzlich hinzu. Auffällig ist außerdem, dass komplexere Bewegungsabläufe Schwierigkeiten bereiten, beispielsweise einen Ball zu fangen oder zu werfen, oder die Unfähigkeit, Rad zu fahren. Betroffene Kinder erleiden häufig kleine Unfälle wie Stürze, etwa durch falsche Einschätzung der eigenen Körperkraft.

Besondere Probleme bekommen ADHS-Kinder mit motorischen Beeinträchtigungen im Allgemeinen nach der Einschulung. Bei Eltern und Lehrern kommt oftmals bereits im ersten Schuljahr der Verdacht auf, die unausgeglichene und zappeligen Kinder könnten unter einer ADHS leiden. Dieser Verdacht bestätigt sich nach den Erfahrungen der ADHS-Spezialisten der Kinder- und Jugendpsychiatrie des Uniklinikums bei einem Drittel der auffälligen Kinder. Diese Kinder werden meist sehr schnell zu Außenseitern. Die Situation wird oft noch dramatischer. Kinder, die bereits hyperaktives oder impulsives Verhalten aufweisen, können sich nicht in den Unterrichtsablauf integrieren. Sie sind geistig abwesend, träumen, stören aktiv den Unterricht und sind nicht in der Lage, sich zu konzentrieren. Die Psychologin erläutert das typische Verhalten: „Sie bewegen sich verkrampft und sind verspannt. Dadurch werden sie noch mehr zu Außenseitern“.

Die Gabe von methylphenidathaltigen Medikamenten, z.B. Ritalin, ist ein Behandlungsansatz bei schwerwiegender ADHS. Die Kinder werden dadurch tatsächlich konzentrierter und nach der Beobachtung der Dresdener Ärzte weniger zappelig. Sie bewegen sich außerdem weniger verkrampft und das Schreiben fällt ihnen leichter.

Die Frage der Medikation spaltet jedoch Eltern und Ärzte. Der Wirkstoff Methylphenidat, der unter u.a. im Medikament Ritalin enthalten ist, wird häufig von Ärzten verschrieben. Als Psychostimulanzie stößt er aber gleichermaßen auf die Skepsis von Eltern wie auch einigen Medizinern.

Lebensjahr (+/-) gehäuft zu Beschwerden. Die spiralförmig aufgebaute Sehne erzeugt 45 % der Sprungkraft und kann sich um 20 % verlängern. Als Besonderheit hat sie ein Gleitlager aus 6 – 8 Schichten, gefüllt mit einem Gel als „Schmiermittel“.

In unserem Physiogramm erfahren Sie alles Wissenswerte über die Achillessehne und die Probleme, die sie verursachen kann. Sie finden Erklärungen der verschiedenen Entzündungsformen, Informationen zu Diagnose und Therapien sowie praktische Übungsanleitungen.

Das Physiogramm Achillessehne können Sie als pdf auf unserer Website in der "Infothek" oder gleich hier herunterladen.

[Physiogramm jetzt herunterladen](#)

Im Physiopark erhalten Sie das Physiogramm gegen einen kleinen Kostenbeitrag auch in gedruckter Form.

Ergo- und Physiotherapie als Alternative

Möglicherweise stellen Ergo- und Physiotherapie sehr gute Alternativen zur Medikation dar, erläutert Sina Wanderer. Darum bieten die Therapeuten der Dresdener Uni-Klinik ein spezielles physiotherapeutisches Programm an. Die Kinder lernen im Rahmen des Programms, ihren Körper besser wahrzunehmen. Mit diesem Wissen üben sie dann, Verkrampfungen und Spannungen besser abzubauen. Die Therapeuten unterstützen die Kinder mit gezielten Übungen für die feinmotorischen Bewegungsabläufe, z.B. Bälle fangen, Bälle werfen oder Schleifen binden.

Die Wirksamkeit physiotherapeutischer Programme ist bei Kindern mit ADHS und motorischen Beeinträchtigungen jedoch noch nicht hinreichend untersucht. „Deshalb die Studie“, erklärt Sina Wanderer. Die Fortschritte der Kinder, die zwei Monate lang zweimal pro Woche jeweils für 45 Minuten das physiotherapeutische Programm absolvieren, sollen untersucht werden. Dazu sollen drei Gruppen zu je 15 Kindern gebildet werden. Die erste Gruppe erhält nur Medikamente, die Eltern der zweiten Gruppe ein Elterntraining, während die dritte Gruppe die physiotherapeutische Behandlung erhält.

Kinder im Alter von sieben bis zehn Jahren, die an ADHS leiden und zudem Probleme mit der Grob- und Feinmotorik haben, können an der Studie teilnehmen. Sofern sie die für die Studie erforderlichen Kriterien erfüllen, werden die Kinder von den Forschern untersucht und diagnostischen Testverfahren – etwa zu Konzentration, Motorik und Intelligenz – unterzogen. Ergänzend dazu finden laut Uni-Klinik Dresden therapeutische Gespräche sowie ein Auswertungsgespräch zusammen mit den Eltern statt.

Vor- und nach der Studie werden motorische Tests Status und Fortschritte der Kinder im Vergleich der drei Therapieoptionen dokumentieren.

Was ist ADHS?

Die Aufmerksamkeitsdefizit-/ Hyperaktivitätsstörung (ADHS) bezeichnet eine neurobiologische Störung, die innerhalb aller Altersgruppen auftreten kann. ADHS ist die häufigste kinderpsychiatrische Erkrankung. Es wird angenommen, dass ca. 2 bis 6 % aller Kinder und Jugendlichen an einer krankhaften Störung der Aufmerksamkeit und starker innerer Unruhe leiden.

Die Hauptsymptome der ADHS sind:

- Unaufmerksamkeit
- gesteigerte Impulsivität
- Überaktivität

Nicht in jedem Fall treten alle Symptome zusammen auf. Sie können außerdem unterschiedlich stark ausgeprägt sein. Eine ADHS liegt vor, wenn diese Symptome situationsübergreifend und in einem dem Entwicklungsstand unangemessenen Ausmaß, in mindestens zwei verschiedenen Lebensbereichen auftreten. Dies führt zu Störungen in der Wahrnehmung, in sozialen Bezugssystemen sowie im Leistungsbereich von Schule und Beruf.

2. Heilmittel-Verordnungen für chronisch Kranke verbessert.

Die Heilmittel-Richtlinie sieht ausdrücklich Heilmittel-Verordnungen außerhalb des Regelfalls vor. Mit der Neufassung der HeilM-RL im Juli 2011 und dem Versorgungsstrukturgesetz im Januar 2012 sind jetzt die Voraussetzungen dafür geschaffen, dass bestimmte Verordnungen außerhalb des Regelfalls (VO a. d. R.) extrabudgetär verordnet werden können. Das heißt, ein Arzt kann jetzt für schwerwiegende, langanhaltende Erkrankungen z.B. Physiotherapie verordnen, ohne dabei Sorge haben zu müssen, dass sein Heilmittel-Budget belastet wird. Diese Verordnungen können für 1 Jahr genehmigt werden, ohne dass man sich um das lästige Thema Budget kümmern muss.

Wichtig: man muss diese Verordnung von seiner gesetzlichen Krankenkasse genehmigen lassen. Allerdings ist das Verfahren noch wenig bekannt.

Darum helfen wir Ihnen im Physiopark und nehmen gerne Kontakt mit Ihrem Arzt auf. Auch den Antrag an die Krankenkasse schreiben wir für Sie.

Wenn Sie also Fragen haben, wenden Sie sich an uns.

Besuchen Sie auch unsere Website:

www.physiopark-regensburg.de

Copyright © 2012 Physiopark Regensburg, Alle Rechte vorbehalten.
Wir freuen uns sehr über Ihr Interess an unserem Newsletter!

unsere Postanschrift lautet:

Physiopark Regensburg
Im Gewerbepark B 20
Regensburg 93059

The MailChimp logo is displayed in a white, cursive font within a dark grey rounded rectangular box.

[Add us to your address book](#)

[newsletter abbestellen](#) | [meine Anmelde Daten ändern](#)