

Köln, 27.08.24

Pressemitteilung

Welttag der Physiotherapie am 8. September 2024: Fokus liegt auf Rückenschmerzen

Physio Deutschland hebt die Bedeutung der Physiotherapie hervor und informiert über präventive Maßnahmen und Behandlungsansätze.

Am 8. September wird international der Tag der Physiotherapie gefeiert. In diesem Jahr steht der Tag unter dem Motto „Schmerzen im unteren Rücken“ (engl.: Low Back Pain, LBP). Diese Art der Rückenschmerzen ist eine der häufigsten Ursachen für körperliche Einschränkungen und Arbeitsunfähigkeit weltweit. Physio Deutschland nutzt diesen Tag, um die zentrale Rolle der Physiotherapie in der Gesundheitsvorsorge und Rehabilitation zu betonen und die Öffentlichkeit für das Thema Rückenschmerzen zu sensibilisieren.

„Der Welttag der Physiotherapie wurde ins Leben gerufen, um darauf aufmerksam zu machen, wie wichtig die Arbeit von Physiotherapeut*innen ist“, erklärt Hannah Hecker, Physiotherapeutin und stellvertretende Vorsitzende bei Physio Deutschland. „Physiotherapie spielt eine zentrale Rolle in der Gesundheitsvorsorge und Rehabilitation. Sie trägt zum Erhalt der Gesundheit, zum Wiedererlangen der Mobilität und zu mehr Selbstständigkeit der Menschen bei.“ Mit diesem Tag möchte Physio Deutschland den physiotherapeutischen Beruf sichtbar machen und sensibilisiert die Bevölkerung für die Tätigkeit der mehr als 200.000 Physiotherapeut*innen in Deutschland.

Rückenschmerzen: Ein globales Gesundheitsproblem

Rückenschmerzen sind eine der häufigsten Beschwerden weltweit und verursachen viele Krankheitstage jährlich in Deutschland. In den meisten Fällen sind Schmerzen nicht-spezifisch, das bedeutet, dass keine spezifische Struktur als Ursache identifiziert werden kann. Physiotherapeut*innen spielen eine entscheidende Rolle bei der Behandlung und Vorbeugung dieser Beschwerden. „Physiotherapeut*innen beraten Betroffene fachkundig, betreuen sie und bieten eine gezielte Behandlung bei Rückenschmerzen“, so Hannah Hecker. „Wir bringen Menschen wieder in Bewegung und helfen, die allgemeine Gesundheit und das Wohlbefinden zu verbessern. Außerdem verringern wir das Risiko zukünftiger Schmerzepisoden.“

Deutscher Verband für
Physiotherapie e.V.

Geschäftsstelle Köln
Postfach 21 02 80
50528 Köln
Telefon 02 21/98 10 27-0

Anschrift für Paketsendungen
Deutzer Freiheit 72-74
50679 Köln

E-Mail info@physio-deutschland.de
physio-deutschland.de

Bankverbindung
Sparkasse Köln Bonn
IBAN DE66 3705 0198 0007 8320 74
BIC COLSDE33

St-Nr. 214/5869/0040
UST-ID DE122662687

Effektive Behandlungsansätze und Training

Die Behandlung von nicht-spezifischen Rückenschmerzen erfordert in der Regel keine Operation. Stattdessen setzen Physiotherapeut*innen auf maßgeschneiderte Behandlungen und Training sowie auf Patient*innen-Edukation. „Es ist erwiesen, dass körperliche Betätigung die wirksamste Behandlung ist“, betont die Physiotherapeutin. „Wichtig ist, regelmäßig aktiv zu bleiben. Wir helfen Betroffenen, die für sie passende Übung zu finden und Bewegung in ihren Alltag zu integrieren.“ Gleichzeitig spielt aber unter anderem auch Stressmanagement, Nikotinreduktion und ausreichend Schlaf eine große Rolle. Deshalb ist die Edukation ein essenzieller Bestandteil der Behandlung. Oftmals gehört auch das Beseitigen von Mythen dazu (**siehe Infokasten**). Dabei sind die Behandlungsziele die Stärkung der Muskelkraft und Verbesserung der Beweglichkeit und die damit daraus ergebende Reduzierung der Schmerzen. Eine umfassende Aufklärung und Information der Patient*innen ist ebenfalls entscheidend, um deren Genesung zu unterstützen und ihre Unabhängigkeit im Alltag zu bewahren oder wiederzuerlangen.

Herausforderungen und Empfehlungen

In Deutschland besteht aktuell kein gesetzlich geregelter Direktzugang zur Physiotherapie. Das bedeutet, dass Betroffene zunächst eine Heilmittelverordnung von ihrer Ärztin oder ihrem Arzt benötigen, um eine physiotherapeutische Behandlung in Anspruch nehmen zu können. „Auf jeden Fall gilt: In Bewegung bleiben, auch wenn es am Anfang schwerfällt“, rät Hannah Hecker. „Betroffene können sich bei ihrer Ärztin oder ihrem Arzt eine Heilmittelverordnung ausstellen lassen und dann zu einer Physiotherapeutin oder Physiotherapeuten gehen.“ Informationen und geeignete Physiotherapeut*innen in der Nähe finden Interessierte auf der Webseite von Physio Deutschland unter www.physio-deutschland.de.

Engagement und Aufklärung: Physio Deutschland setzt sich stets für die Aufklärung der Bevölkerung über die Vorteile der Physiotherapie ein. Der Welttag der Physiotherapie am 8. September 2024 bietet eine hervorragende Gelegenheit, die Bedeutung dieser Gesundheitsprofession zu unterstreichen und das Bewusstsein für Rückenschmerzen und deren Behandlung zu schärfen.

Infos zum Welttag der Physiotherapie und zu Rückenschmerzen:

World Physiotherapy: <https://world.physio/de/wptday>

und Infos zu Mythen & Fakten (englisch):

<https://world.physio/sites/default/files/2024-06/WPTD2024-InfoSheet2-A4-final.pdf>

Physio Deutschland: <https://www.physio-deutschland.de>

Nationale Versorgungsleitlinie (Leitlinie wird aktuell überarbeitet):

<https://www.leitlinien.de/themen/kreuzschmerz>

Über Physio Deutschland:

*Physio Deutschland – Deutscher Verband für Physiotherapie e.V. – bildet die Dachorganisation von mehr als 25.000 Mitgliedern in neun Regionalverbänden. Der Verband vertritt die berufspolitischen und fachlichen Interessen der freiberuflichen, angestellten und angehenden Physiotherapeut*innen. Er ist der einzige Berufsverband für Physiotherapeut*innen in Deutschland, der im Weltverband der Physiotherapie (World Physiotherapy) und damit in internationalen Fachorganisationen Sitz und Stimme hat. Der Verband setzt sich für die Qualität in Aus-, Fort- und Weiterbildung ein und strebt die akademische Ausbildung von Physiotherapeut*innen in Deutschland an. Umfangreiche Informationen rund um die Physiotherapie finden Interessierte auf der Patienten-Seite der Verbands-Homepage unter <https://www.physio-deutschland.de/patienten-interessierte.html>. Dort gibt es auch eine Physiotherapeut*innensuche, mit deren Hilfe Interessierte eine Praxis in Wohnortnähe finden können.*

Pressekontakt:

Nadine Baltes
Deutzer Freiheit 72-74
50679 Köln
Telefon:0221981027-33
E-Mail: baltes@physio-deutschland.de
Internet: www.physio-deutschland.de