

Rückenschmerz, von der klassischen Rückenschule zum Rückencoaching - Evidenzbasierung und Praxis

Susanne Klotz, Dr. phil. Steffen Derlien

Workshop Teil 1:

Rückenschmerzen, unabhängig davon ob in der oberen oder unteren Rückenregion, zählen zu den großen gesundheitlichen Problemen und stellen zugleich eine hohe wirtschaftliche Belastung für das Gesundheitswesen dar. Die Frage nach effektiven, aber auch individuell zugeschnittenen Therapien ist daher mehr als berechtigt. Neben schmerzkontingenten Übungsprogrammen kommen auch zunehmend zeitkontingente Behandlungsstrategien zum Einsatz.

Innerhalb des Workshops soll das Konzept der Graded Activity bei Schmerzen im Bereich des Rückens vorgestellt werden. Graded Activity (GA) ist ein strukturierter und verhaltensorientierter Behandlungsansatz, bei dem zeitkontingent eine schrittweise Zunahme des Aktivitätsniveaus des Patienten erreicht wird. Die Behandlung des Schmerzes steht dabei nicht im Vordergrund, sondern die Funktionsverbesserung und der Abbau von Schmerzverhalten. Nach einer theoretischen Einführung in die GA wird die aktuelle Evidenz dieser Methode erörtert. Grundlage bildet eine aktuelle systematische Übersichtsarbeit, welche im Rahmen des Bachelorstudiums Physiotherapie an der Hochschule Fulda entstanden ist. Im weiteren Verlauf wird dann ein praktischer Einblick in die Umsetzung der Behandlungsmethode gegeben.

Referentin: Fr. Susanne Klotz

Workshop Teil 2:

In der rehabilitationswissenschaftlichen Forschung stellen Parameter wie Lebensqualität, Krankheitsfolgen und –bewältigung eine der wichtigsten patientenorientierten Zielgrößen dar. Verschieden nationale wie internationale Selbstbeurteilungsinstrumente stehen der Forschung, zur Verfügung.

Ein weiterer Aspekt des Fragebogeneinsatzes ist die Messung der Ergebnisqualität für rehabilitative Prozesse. Dies ist in Zeiten steigenden Kostendrucks ein nicht zu vernachlässigender Aspekt und nimmt im Workshop einen wichtigen Raum ein

Die grundlegende Unterscheidung von generischen und spezifischen Instrumenten wird erklärt und betrachtet. Aktuelle Studien bezüglich der Evaluation der einzelnen Instrumente werden vorgestellt und analysiert.

In den Praxisanteil des Workshops werden die häufigsten, in der Praxis etablierten und wissenschaftlich anerkannten Fragebögen einbezogen. Die Durchführung wird erklärt und die Auswertung verständlich und umsetzbar dargestellt.

Ziel des Workshops sollte sein, die Scheu vor dem Gebrauch in der täglichen Praxis zu verlieren. Die aktive Teilnahme soll für das Thema Ergebnisqualitätsmessung sensibilisieren und Möglichkeiten aufzeigen, diese Instrumente einzusetzen.

Referent: Hr. Dr. Steffen Derlien