

Grosser Besucherandrang

WINTERTHUR: Haltestelle für physiobus

Der physiobus tourt durch die Schweiz und machte am Montag, 19. September 2011, Halt in Winterthur. Dort war er zu Gast beim Institut für Physiotherapie des ZHAW Departements Gesundheit.

WiZe- Dass Rückenschmerzen viele am eigenen Leibe kennen oder sich für Rückengesundheit interessieren, zeigte der grosse Besucherandrang beim physiobus des Schweizer Physiotherapie Verbands «physio-swiss». Interessierte konnten – etwa mit Balanceübungen oder Kraftmessungen – ihren Rücken testen, sich von Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten individuelle Ratschläge für einen gesunden Rücken geben lassen oder neuentwickelte, interaktive Therapiemethoden ausprobieren. «Mit dem physiobus zeigen Fachleute auf, dass die Physiotherapie nicht nur Therapie und Rehabilitation umfasst, sondern auch Prävention, Gesundheitsförderung, Beratung sowie Forschung», so Astrid Schämamm, Leiterin des Instituts für Physiotherapie an der ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.



Der physiobus auf dem Neumarkt im Herzen der Stadt Winterthur.

als heilen», so der Winterthurer Stadtpräsident Ernst Wohlwend. «Alle präventiven Massnahmen haben jedoch einen schweren Stand, da man ihre Wirkung nicht so gut nachweisen kann.» Sarah Meier, Europameisterin im Eiskunstlauf, zählte bereits seit Anfang ihrer Karriere auf die Physiotherapie, um Verletzungen vorzubeugen: «Dies hat mir sehr geholfen, denn mein Körper ist mein Kapital. Man merkt erst, wenn man verletzt ist, wie angenehm es eigentlich vorher war.»



Auch die Beweglichkeit wurde beim Rücken-Check getestet.

Bedeutung der Rückengesundheit

Rege diskutierten PhysiotherapeutInnen, SportlerInnen oder PolitikerInnen, was ein gesunder Rücken für eine gesundheitspolitische und volkswirtschaftliche Bedeutung hat. Der präventive Charakter der Physiotherapie wurde dabei herausgestrichen. «Vorbeugen ist besser

Spielerisch den Rücken stärken
Menschen mit Rückenschmerzen können ihr Kreuz nicht mehr gut bewegen. Mit dem neuentwickelten Therapiesystem ValedoMotion können sie nun auf spielerische Art und Weise gezielte Rückenübungen durchführen. Auf den unteren Rücken des Patienten werden zwei Sensoren geklebt. Diese registrieren jede Bewegung und übertragen sie auf Übungen, die an einem Monitor gezeigt werden. Damit soll die Motivation bei der Rückentherapie gesteigert und der Therapieerfolg verbessert werden, so das Ziel von ValedoMotion. Dieses Therapiesystem wurde vom ZHAW Institut für Physiotherapie zusammen mit dem Praxispartner Hocoma entwickelt. ZHAW-Forscher Jan Kool erklärt: «Neue Studien zeigen, dass Patienten mit Rückenschmerzen unterschiedliche Probleme haben, zum Beispiel eine reduzierte Beweglichkeit oder ein schlechteres Bewegungsgefühl. Eine gezielte Physiotherapie ist deshalb sehr wichtig.»