

# Reges Interesse

Tag der offenen Tür: 20 Jahre Physio Praxis Norys & Team

GAP – Großes Interesse herrschte am Tag der Rückengesundheit und dem 20-jährigen Jubiläum in der Praxis für Physiotherapie Norys & Team. Denn es gab viel zu erfahren, z.B. bei den interdisziplinären Vorträgen (Arzt und Physiotherapie) und beim Probetraining mit den Bewegungsexperten.

Die Vortragsreihe eröffnete Dr.med. Wolfgang Vogt: „Ein starker Rücken aus Sicht der Orthopädie“ lautete der Titel seines Vortrags, der Alternativen aufzeigte zur Operation. Im Anschluss wurden die physiotherapeutischen Möglichkeiten der Behandlung von Rückenschmerzen, v.a. die der Vorbeugung durch das Physio Norys Team vorgestellt. Der spezifische Rückenschmerz, der radiologisch und klinisch bestätigt wird, komme nur in 15 Prozent der Fälle (Robert-Koch Inst.) vor, und selbst in diesen Fällen müsse nicht immer operiert werden, wurde erläutert. Oft helfe z.B. bei einem Bandscheibenvorfall ohne Kraftverlust die manuelle Therapie mit Traktion. Bei 35 Prozent der Fälle sind nach Meinung von Markus Norys die Schmerzen durch bestimmte Bewegungen auslösbar und dadurch auch durch die manuelle Therapie gut therapierbar, da der Therapeut feststellen kann, wodurch der Schmerz ausgelöst wird. Bei 50 Prozent der Fälle ist der chronische unspezifische Rücken-

schmerz nicht reproduzierbar und macht eine ganzheitliche Therapie notwendig. In den meisten Fällen von Rückenschmerz sei eine gezielte Bewegungstherapie zu empfehlen.

Martina Scheithauer berichtete über die Muskuläre Dysbalance, die das „Ungleichgewicht der Agonisten und Antagonisten durch zu schwache oder mangelhaft dehnfähige Muskeln ausgleichen“. Dies führe v.a. im Rumpfbereich zu Beschwerden, da bei chronischen Schmerzen die Rücken im Verhältnis zu den Bauchmuskeln oft zu schwach seien.

Markus Norys erläuterte die Möglichkeiten der Kraftmessung und Trainingssteuerung sowie den Ablauf im Rückenzykel mit Rumpfkonzent. Zuerst werden hier die persönlichen Kraftwerte in einen individuel-



Das Angebot eines Probetrainings nahmen viele Besucher interessiert wahr. Foto: Praxis für Physiotherapie Norys & Team

len Trainingsplan eingepflegt. Kein Trainierender oder Patient übt ohne physiotherapeutische Aufsicht. Jeder Physiotherapeut

hat eine dreijährige Fachausbildung mit Abschluss eines Staatsexamens und im Anschluss weitere Fortbildungen durchlaufen, was ihn besonders befähigt, Patienten mit Vorerkrankungen im Training zu betreuen. Im Rückenzykel konnten die Besucher den Ablauf des Trainings nach einem kurzen Aufwärmprogramm testen. Den funktionellen Mattenübungen folgte jeweils ein isoliertes Muskeltraining am Gerät, wobei durch das Biofeedback Geschwindigkeit und Weite der jeweiligen Bewegung auf dem Display vorgegeben wurde. Vorbeugend ist das Training in der Gruppe möglich, was auch einmalig von allen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst wird. kb



Die Vortragsreihe mit Themen zur Rückendgesundheit war gut besucht. Foto: Praxis für Physiotherapie Norys & Team