



# sport physiotherapie

März 2004  
15. Jahrgang • Heft 1

Im Internet unter [www.sportphysiotherapie-sportmassage.at](http://www.sportphysiotherapie-sportmassage.at)

Vereinigung Österreichischer Sportmassseure und Sporttherapeuten • Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie



Die erfolgreichen Physiotherapeuten  
samt Kursleitern nach der bestandenen  
Abschlussprüfung: Premiere



# Die ersten Diplome

Elf diplomierte Physiotherapeuten haben die erstmals  
gesetzlich geregelte Sonderausbildung Sport-  
physiotherapie mit Bravour geschafft

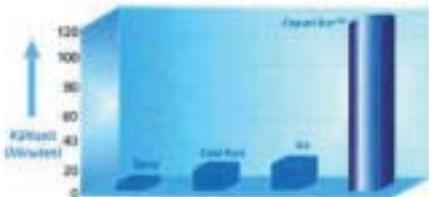


# Liquid Ice™

# The Ice Wrap!

## Liquid Ice™ kühlt 6 x länger

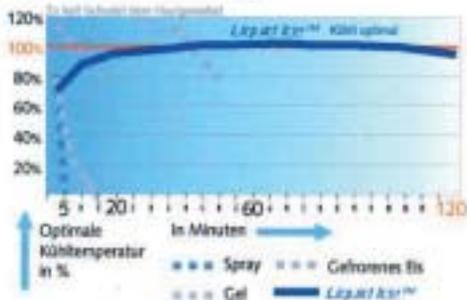
Liquid Ice™ Ice Wrap kühlt bis zu 120 Minuten  
6 mal länger als vergleichbare Konkurrenzprodukte



Ein Vereisungsspray hält weniger als 5 Minuten,  
Ein Gel Pack kühlt etwa 15 Minuten  
Eis sollte nicht länger als 20 Minuten angewendet  
werden, da es sonst die Haut "verbrennt"  
Liquid Ice™ kühlt wirkungsvoll für 120 Minuten.

## Liquid Ice™ ist „RICHTIG“ kalt...

Liquid Ice™ ist anfangs kühl  
wird binnen Minuten kälter  
und hält den Kältegrad für Stunden



Der Kühlungseffekt wird durch Verdunstung  
erzeugt. Deshalb wird Liquid Ice™ von selbst kälter  
und hält die Temperatur für Stunden.

## Einfacher geht es nicht...



1. Packung öffnen



2. Bandage entnehmen



3. Um stumpfe Verletzung oder  
Entzündung wickeln - fertig!

Kann bis zu 2 Stunden getragen werden

Liquid Ice™

## Produktinformation zu Liquid Ice™

### Einzigartige Schmerzlinderung!

Liquid Ice™ ist eine revolutionäre neue  
Behandlungsart für Entzündungsschmerzen und  
stumpfe Verletzungen. Sofortige Verwendung von  
Druckverband und Kühlung kann z.B. bei  
Verstauchungen die Heilungszeit um ein Vielfaches  
beschleunigen.

Liquid Ice™ lindert den Schmerz alter und frischer  
Verletzungen, sowie bei überbeanspruchten Muskeln  
binnen weniger Minuten. Zusätzlich bewirkt die  
Kühlung eine Stärkung des Kollagens, des  
knorpelbildenden Proteins und stabilisiert dadurch  
langfristig die betroffenen Gelenke.

Für Bestellungen oder weitere Informationen  
kontaktieren Sie bitte unsere Partnerfirmen

### in Wien & Niederösterreich

**MEDICAL SYSTEMS AUSTRIA**

Tel. 02674-874 51 20

Fax 02674-874 51 22

e-mail: [office@medsyst.com](mailto:office@medsyst.com)



### in Oberösterreich

**life**  
medical

Tel. 07258/29166

Fax 07258/29166-20

e-mail: [office@life-medical.at](mailto:office@life-medical.at)

### in Kärnten, Steiermark & Burgenland

**ORTHOVITAL**  
Sanitätsfachhandel  
Branner & Bürger KG

Tel. 0463/21 92 07

Fax 0463/21 92 29

e-mail: [orthovital@chello.at](mailto:orthovital@chello.at)

### in Tirol, Vorarlberg und Salzburg

**TAPPE**  
SANITÄTSHAUS  
**KOSTNER**

Tel. 0662/88 14 94

Fax 0662/88 14 94 88

[www.tappe.at](http://www.tappe.at)

# Schlagzeilen

**D**ass wir wirklich gut sind, wissen wir. Nicht aber das Gros der „Mediziner“, das sich um das Wohl der Mitmenschen verdient macht.

Der 18. Jänner 2004 war die Ausnahme: Der Kurier übte sich in Sachen Osteopathie um Aufklärung und brachte eine ganzseitige Story (Titel „Unter Druck“) über Primarius Andreas Kainz, Leiter der Abteilung für physikalische Medizin an der Wiener Privatklinik und Diplom-Osteopath.

Kainz, nicht ganz zufällig auch Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS), sorgt aber auch anderweitig für Schlagzeilen: Durch die vor zwei Jahren gesetzlich geregelte Sonderausbildung „Sportphysiotherapie“ ist die ÖGS die einzige Institution in Österreich, die die von der MA 15 der Wiener Landesregierung genehmigte Sonderausbildung durchführen darf.

Es ist dies die einzige in Österreich genehmigte Sonderausbildung, und Ende Jänner haben schließlich elf Physiotherapeuten nach der zweijährigen Sonderausbildung die Abschlussprüfung mit Bravour bestanden.

„Es gibt viele Ausbildungswege, aber nur eine gesetzlich verankerte Anerkennung – der Weg ist das Ziel“, formuliert Primarius Thomas Bochdansky, Vizepräsident der ÖGS, die Bemühungen von ÖGS und VÖSM, den Ausbildungsstandard so hoch wie nur möglich anzusetzen. Natürlich auch auf höchster gesetzlicher Ebene.

Gleichzeitig wurde die gesetzliche Heilmassenaufschulung im November 2003 gestartet. Sowohl bei der Sonderausbildung als auch bei der Heilmassenaufschulung ist Silvia Kollos, ebenfalls Vizepräsidentin der ÖGS, verantwortlich für diese beiden neuen gesetzlichen Fortbildungen (Bericht ab Seite 4).

Nicht zu vergessen: Die zahlreichen anderen Fortbildungsseminare und -kurse, die laufend von der VÖSM und ÖGS angeboten werden. Egal, ob diese nun gesetzlich verankert sind oder nicht – ihr Inhalt, ihr Stellenwert ist nicht minder wertvoll.

In diesem Sinne

Ihr



Oskar Brunenthaler

## INHALT

- 3** EDITORIAL/IMPRESSUM *Schlagzeilen* **4** COVER *Sonderausbildung Sportphysiotherapie*  
**6** KONGRESS *10. Internationaler Kongress für Sportphysiotherapie vom 12. – 14. Nov. 2004*  
**7** FORTBILDUNG *1. Golf-Seminar* **8** SERIE *Dr. Christian Haid – Kniebelastungsunterschiede*  
**16** FORTBILDUNG *Heilen über die Wirbelsäule nach der Methode Dorn & Breuß*  
**20** WEITERBILDUNG *Seminare* **22** TERMINE *Kalender 2004/2005*

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Vereinigung Österreichischer Sportmassen und Sporttherapeuten (VÖSM) und Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS), Johann Steinböck Straße 5, A-2344 Maria Enzersdorf/Südstadt, Telefon: 02236/8 658 75 oder 02236/2 68 33-400, Fax: 02236/2 68 33-401, eMail: oegs-voesm@kabsi.at, Internet: www.sportphysiotherapie-sportmassage.at

**Redaktion:** Oskar Brunenthaler, Eva Janko, Johann-Steinböck-Straße 5, 2346 Südstadt, Tel. 02236/8 658 75

**Wissenschaftlicher Beirat:** Prim. Dr. Andreas Kainz, Prim. Doz. Dr. Thomas Bochdansky, Univ.-Prof. Dr. Rudolf Schabus (Wien), Prim. DDr. Anton Wicker (Salzburg), Univ. Doz. Dr. Günther Amesberger, Univ. Prof. Dr. Paul Haber, Dr. Volker Veitl

**Für den Inhalt verantwortlich:** VÖSM-Präsident Prim. Doz. Dr. Thomas Bochdansky, ÖGS-Präsident Prim. Dr. Andreas Kainz

**Graphik & Satz:** Rudi Kopp dtp + fotosatz, Tonwerkstraße 6 b, D-82205 Gilching, Telefon: 0049/(0)8105/2 56 07,

Fax: 0049/(0)8105/2 55 38, eMail: kopp.dtp@t-online.de

**Druck:** Facultas Verlags AG, Berggasse 5, 1090 Wien, Telefon: 01/310 53 56, Fax: 01/318 70 50

# Endlich geschafft!

Premiere. Die erste gesetzlich geregelte Sonderausbildung Sportphysiotherapie ist erfolgreich abgeschlossen worden. Hier der ganz persönliche Bericht von Andreas Semmelweiss, ein Teilnehmer der zweijährigen Sonderausbildung.

**O**ch habe zur Halbzeit der Sonderausbildung Sportphysiotherapie bereits einen Bericht über die hohe Qualität und die sehr gute Umsetzbarkeit dieser Ausbildung verfasst, der auch in der Zeitschrift Sportphysiotherapie erschienen ist. Die „zweite Hälfte“ der Ausbildung setzte dieses hohe Niveau fort. Das zeigte sich auch an den verfassten und präsentierten Diplomarbeiten, die von der Prüfungskommission nur mit größtem Lob bedacht wurden.

Als Absolvent der Sonderausbildung Sportphysiotherapie fühle ich mich gerüstet, sowohl in der Sport-Rehabilitation, als auch in der aktiven Sport-Betreuung meine Patienten, Klienten, Sportler, etc. bestens versorgen zu können. Das hohe Ausbildungsniveau, die Qualität der Vortragenden (es wurden wirklich nur Experten auf ihren Fachgebieten verpflichtet), die ständige Forderung von theoretischem Wissen (bei den Einzelprüfungen) und praktischen Arbeiten (Nachweis von 420 Stunden praktischer Tätigkeit) verlangten von mir und meinen KollegInnen höchste Leistungen und ständigen Einsatz unseres Wissens und Könnens. Mit dem Verfassen einer Diplomarbeit und dem Ablegen einer kommissionellen Prüfung schloss die Ausbildung mit einer letzten hohen Leistungserbringung ab. Doch jetzt ist es geschafft und wir dürfen die staatlich anerkannte Berufsbezeichnung „Diplomierter Physiotherapeut (Sportphysiotherapie)“ führen.

Diese Zusatzbezeichnung ist insofern wichtig, da sie eine erstmals in Österreich staatlich geregelte Sportphysiotherapie Ausbildung kennzeichnet (von der Magistratsabteilung MA 15 Wien und der Landes-sanitätsdirektion Niederösterreich).

Ich habe mich vor dieser Ausbildung bei vielen Stellen und Vertretungen unseres Berufes informiert, welche Sportphysiotherapie Kurse es gibt. Die Sonderausbildung Sportphysiotherapie, keine Fortbildung (Kurs, Weiterbildung, etc.) sondern eine Sonderausbildung (gesetzlich geregelt, Standards, Zusatz zur Berufsbezeichnung), wurde mir bei der Einholung dieser Infos gar nicht vorgestellt und es war Zufall, dass ich sie

„entdeckte“. Vielleicht lag es daran, dass es noch keine Absolventen und damit kein Feedback über die Ausbildung gab. Doch das ist jetzt möglich und ich bin sicher, es gibt ab sofort keinen Grund mehr, nicht für die Sonderausbildung Sportphysiotherapie zu werben, z. B. auch über die Verbandszeitschrift des ÖPV. Denn nur durch solch qualitative Zusatzausbildungen werden wir als Physiotherapeuten in Zukunft gegen andere Berufsgruppen auf dem immer umkämpfteren Arbeitsmarkt bestehen können.



Ausgezeichnet: Autor Andreas Semmelweiss

Unsere Arbeitgeber und in weiterer Folge auch die Krankenkassen und die Patienten selbst werden erkennen, dass für die bestmögliche Behandlung auch die bestmögliche Ausbildung erforderlich ist. Im Bereich des Sportes und der Physiotherapie ist das meiner Meinung nach jetzt die Sonderausbildung Sportphysiotherapie der ÖGS.

Ich bin froh, zu den ersten Absolventen zu gehören. Ich bin mir aber sicher, dass viele meiner KollegInnen trotz des abschreckend hohen Einsatzes während der 2 Jahre der Ausbildung, den großen Wert und Nutzen für die Anerkennung der Qualität unserer Arbeit durch die Sonderausbildung Sportphysiotherapie erkennen und sich für diese Ausbildung entscheiden werden.

## Die erfolgreichen Absolventen

**Susanne Ableidinger**

**Vera Arbter**

**Romana Bichler**

**Ellen de Bruijn**

**Alexandra Delfauro**

**Sabine Gieber**

**Silke Gruber**

**Nicole Meidl**

**Sandra Müllebner**

**Wolfgang Pachatz**

**Andreas Semmelweiss**



Dr. Michael Banekovich, Vorsitzender der Prüfungskommission, DPT Silvia Kollos, Leiterin der Ausbildung · Das eingeschworene Team feiert die Diplomierung ausgelassen nach der Abschlussprüfung · Dr. M. Banekovich überreicht das Abschlusszeugnis an Sabine Gieber

**W**enn in den Medien immer wieder einmal von „Wunderheilungen“ von Sportlern durch „Sportphysiotherapeuten“ gesprochen wird, so findet man bei genauerer Recherche, dass es sich dabei um Masseure, Physiotherapeuten, Sportlehrer oder auch Trainer handelt. Wer oder was ist eigentlich ein Sportphysiotherapeut?

Ein Physiotherapeut, der Sport betreibt? Oder ein Physiotherapeut, der Sportler behandelt? Und was ist dann Sportphysiotherapie? Das, was ein Sportphysiotherapeut macht? Und was ist das wiederum?

Wer aber ist nun der Sportphysiotherapeut? Was kann er und wer soll ihn mit welchen Problemen aufsuchen? Vorweg muss festgehalten werden, dass es die Berufszusatzbezeichnung „Sportphysiotherapeut“ laut Magistratsabteilung 15 – Gesundheitswesen des Amtes der Wiener Landesregierung nicht gibt. Vielmehr gibt es nur die Zusatzbezeichnung „diplomierter Physiotherapeut (Sportphysiotherapie)“ nach § 32 Abs. 2 MTD Gesetz (1992). Nur Teilnehmer der von der MA 15 genehmigten Sonderausbildung Sportphysiotherapie haben die Berechtigung, diese Zusatzbezeichnung zu tragen!

# Der Weg ist das Ziel

Sportphysiotherapie. Viele Ausbildungswege – aber nur eine gesetzlich verankerte Anerkennung.

Zuerst der Versuch einer Definition:

Sportphysiotherapie beinhaltet Maßnahmen zur Prävention, Befunderhebung, Therapie und Rehabilitation (Reintegration) von Gesundheitsstörungen bei Menschen, die sportlich aktiv sind mit physiotherapeutischen Mitteln und Methoden, insbesondere unter Berücksichtigung funktionsorientierter Zusammenhänge.

Wenn man also die Sport- und Therapieszene der letzten Jahre in Österreich beobachtet, wird es augenscheinlich, dass es eine explosionsartige Inflation der Berufsbezeichnung „Sportphysiotherapeut“ gibt. Jeder Spitzensportler wird laut Medienberichten von Sportphysiotherapeuten betreut, jedes Fitnessstudio hat Sportphysiotherapeuten angestellt und viele Physiotherapeuten führen unter ihrem Namenszug die Berufsbezeichnung Sportphysiotherapeut. Sportphysiotherapeuten wohin man schaut! Der Beitritt Österreichs zur EU hat die Situation nicht gerade vereinfacht.

**E**s drängt sich nun die Frage auf, wer sich wie bezeichnen darf. Genau geklärt ist, wer sich als diplomierter Physiotherapeut bezeichnen darf. Ein diplomierter Physiotherapeut hat eine Akademie für Physiotherapie besucht und erfolgreich abgeschlossen. Der Verband der Physiotherapeuten wacht genau darüber, dass sich niemand unberechtigterweise mit der Berufsbezeichnung schmückt – und das ist gut so. Wer es dennoch tut, muss mit empfindlichen Strafen rechnen!

**D**a in Österreich Lehr- und Lernfreiheit besteht, gibt es vor allem im gewinnbringenden medizinischen Bereich eine Vielzahl von Fortbildungen in unterschiedlichster Qualität. Umso wichtiger ist es, Unterrichtsinhalte und Vortragende der Ausbildungsstätten genau unter die Lupe zu nehmen.

In Österreich gibt es nur eine von der MA 15 in Wien und von der Landessanitätsdirektion Niederösterreich genehmigte Sonderausbildung „Sportphysiotherapie“. Diese Sonderausbildung wird alleine von der Österr. Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS) durchgeführt! Im Folgenden wird nochmals die Besonderheit der Sonderausbildung Sportphysiotherapie der ÖGS dargestellt:

1. Theorie und ein überprüftes Pflichtpraktikum im Sport
2. Organisierte Teilnahmen an sportlichen Großveranstaltungen im Rahmen der Ausbildung
3. Kostenlose Teilnahme am internationalen Kongress für Sportphysiotherapie in Österreich
4. Anerkennung durch die Bundessportorganisation (BSO)
5. Offiziell approbierte Vortragende
6. Kommissionelle Abschlussprüfung
7. Offizielles staatliches Diplom
8. Lehrinhalte aus dem Sport für den Sport
9. Vortragende, die aktiv in der Betreuung von Spitzensportlern tätig sind
10. Vortragende, die selbst ehemalige Spitzensportler waren.



KOMPLEMENTÄR

... KONTRÄR

# Schmerz und Körpersprache

10. Internationaler Kongress für Sportphysiotherapie vom  
12. – 14. November 2004 im Congresscasino Baden bei Wien.

## Freitag, 12. November

08.00

Eröffnung, Besuch der Ausstellung, Begrüßung

09.00 – 09.25 Uhr

Vortrag: Schmerz und Sport: Hemmung oder Stimulus

09.30 – 11.00 Uhr

Block 1: Physikalische Massnahmen

Elektrotherapie · Energiemedizin · Triggerpunkt –

Stoßwellentherapie · Magnetfeldtherapie

11.30 – 13.00 Uhr

Block 2: Komplementärmedizinische Maßnahmen

Biofeedback · Hypnose und Entspannungstechniken ·

Akupunktur – Tuina · Homöopathie

PRAXISSEMINARE (jeweils 3 x 45 Min.):

14.30 – 16.00 Uhr

Block 1:

A: Elektrotherapie · B: Biofeedback · C: Hypnose

16.30 – 18.00 Uhr

Block 2:

D: Akupressur – Tuina · E: Lasertherapie ·

F: Stoßwellentherapie

09.30 – 11.00 Uhr

Block 1:

**Manuelle Techniken im Sport**SET-Konzept · Bindegewebs-therapie · Wirbelsäulen-  
technik (Dorn & Breuss) · Fascien- und Triggerpunkt-  
therapie

11.30 – 13.00 Uhr

Block 2:

**Schmerzerleben, Schmerzausdruck, Körpersprache**Aus der orthopädischen Praxis · Körpersprache –  
Pantomime · Neurolinguistisches Programmieren ·  
Psychosomatik

PRAXISSEMINARE: (jeweils 3 x 45 Min.):

14.30 – 16.00 Uhr

Block 3:

G: Fascien- und Triggerpunkttherapie ·

H: Wirbelsäulentechnik (Dorn &amp; Breuss) ·

I: Bindegewebs-techniken

16.30 – 18.00 Uhr

Block 4:

K: Neurolinguistisches Programmieren ·

L: Pantomime · M: Neurodynamics

## Samstag, 13. November

08.30 – 09.00 Uhr

Vortrag: Schmerz und Sport: Traum oder Trauma

09.00 – 09.25 Uhr

Ehrungen

## Sonntag, 14. November

Aktivitäten in der Römertherme: Die Welt Asiens ·

Fun Gym im Wasser: Therapeutische Wassertherapie ·

Laufen aber wie? – Das Lafevent · Nordic Walking ·

Regenerieren aber richtig! – Regeneration im Sport!

6

10. Internationaler Kongress für Sportphysiotherapie  
Baden, 12. – 14. November 2004

Ich möchte mich für den 10. Internationalen Kongress für Sportphysiotherapie 2004 in Baden bei Wien vom 12. – 14. Nov. 2004 fix anmelden und bitte um Zusendung detaillierter Informationen.

Name: .....

Adresse: .....

Tel.: ..... Fax: ..... e-mail: .....

Ort / Datum: ..... Unterschrift: .....

Senden oder Faxen an: ÖGS und VÖSM, Eva Janko, Johann-Steinböck-Straße 5, A-2344 Maria Enzersdorf-Südstadt

Fax 0 22 36/86 58 75

# Das 1. Golf-Seminar

Bad Tatzmannsdorf. Der Golfsport und begleitende Therapie- und Trainingsmöglichkeiten (mit Schnupperstunden u. Greenfee).

**D**as Ziel des ersten Golf-Seminars in Bad Tatzmannsdorf, organisiert von der Österreichischen Gesellschaft für Sportphysiotherapie:

- Ein physiotherapeutisches golfspezifisches Präventionsprogramm mit den Teilnehmern;
- Ein physisches Aufwärmprogramm für den Golfer.

Die Inhalte des zweitägigen Seminars umfassen:

- Stabilisationsübungen für die Lendenwirbelsäule mit dem Schwerpunkt Tiefenstabilisation und Sensomotorik;
- Rumpf- und Halswirbelsäulenbeweglichkeit bezüglich Rotation erarbeiten;
- Schulterstabilisation unter sensomotorischen Bedingungen erarbeiten und den Zusammenhang mit dem Schmerz in der Schulter und Ellbogen beim Golfen herstellen.

Außerdem werden beim Golf-Seminar ausführlich folgende Therapiemöglichkeiten vorgetragen. In den Bereichen:

- Kryotherapie
- Elektrotherapie
- Ultraschall
- Laser
- Techniken aus der Osteopathie

Schließlich sind biomechanische Analysen zum Golf-Schwung ein zusätzlicher Arbeitskreis.

Das Reiter's Burgenland Resort, direkt am Golfplatz, ist eine luxuriöse Wohlfühladresse der Extraklasse. Liebevoller Details und weite Räume vermitteln eine beruhigende und entspannende Urlaubsstimmung. Elegante und ansprechende Zimmer und Suiten mit Balkon oder Terrasse bieten einen einmaligen Blick auf die 27-Loch-Golfanlage. Ob Aktivität oder Entspannung, Erlebnis oder kulinarisches Vergnügen – Sie entscheiden sich für Ihren individuellen Urlaubstraum.

Wir erfüllen alle Ihre Urlaubswünsche:

- \*\*\*\*\* Reiter's Burgenland Resort
- \*\*\*\* Reiter's Burgenland Resort Avance Hotel „All Inclusive Unlimited“
- 27-Loch-Golfanlage mit der David Leadbetter Golf Academy
- Racket Center mit 4 Hallen-, 4 Freiplätzen, Squashbox und der Tennis Academy
- Gesundheitsabteilung „Mercur Recreation“
- Beauty Vital Kosmetik Studio
- Lauf & Walking Arena Bad Tatzmannsdorf

Termin: 1. – 2. Mai 2004

Ort: REITER'S BURGENLAND RESORT,  
7431 Bad Tatzmannsdorf

Referenten: Prim. Dr. Andreas Kainz,  
Dr. Christian Haid, DPT Silvia Kollos

Kursbeginn: **Samstag 10.00 Uhr, Sonntag 9.00 Uhr**  
Insgesamt 15 Unterrichtseinheiten, Golfen extra

Kurskosten: für Mitglieder € 240,-,  
für Nichtmitglieder € 290,-

Die Kursteilnehmer haben die Möglichkeit, sich zum Sonderpreis von € 98,- pro Nacht im 4-Sterne-Hotel Bad Tatzmannsdorf einzuquartieren. In diesen € 98,- sind Vollpension, mit Benützung der hoteleigenen Thermalbadelandschaft mit Innenpool und zwei Außenpools, Whirlpool, Sauna, Dampfbad, Fitnessraum sowie ein „Welcome-Geschenk“ inkludiert.

Weiters besteht die Möglichkeit zum Golfen mit ermäßigtem Greenfee!

Selbstverständlich haben Sie die Möglichkeit, vor oder nach den Seminar-Tagen ein paar Tage zum Sonderpreis anzuhängen!

Anmeldungen: Ab sofort bei der Österr. Gesellschaft für Sportphysiotherapie, 2346 Südstadt, Johann Steinböck-Str. 5, Tel. u. Fax 02236/865875 oder e-mail: [oegs-voesm@kabsi.at](mailto:oegs-voesm@kabsi.at)  
Anmeldung gilt erst nach Einzahlung des Kursbeitrages auf das Konto der ÖGS bei der CA-BA, BLZ 11000, Kto. Nr. 01783563800



Tagungsort des Golf-Seminars: Das Reiter's Burgenland Resort

# Kniebelastungsunterschiede beim Üben in offener und in geschlossener Gelenkskette

Biomechanik. An dieser Stelle erscheint eine Folge von Artikeln mit biomechanischem Gedankengut. Diese sind ohne mathematische Formulierungen abgefasst und sollen den Leser zu eigenen Überlegungen verleiten. Ziel ist es, der Scheu vor der Biomechanik entgegen zu wirken, um biomechanische Denkansätze nützen zu können.

**N**ach Kreuzbandverletzungen und nach Kreuzbandoperationen wurden in den letzten 10 bis 15 Jahren vermehrt Übungen in geschlossener Gelenkskette (CKC) empfohlen. Viele Operateure gehen davon aus, dass Übungen in geschlossener Gelenkskette günstiger sind und der physiologischen Kniebelastung besser entsprechen. Traditionell werden von Physiotherapeuten auch gerne Übungen in offener Gelenkskette (OKC) durchgeführt, da sich bei dieser Übungsform die Belastung durch den Therapeuten sehr gut kontrollieren lässt. Die beiden Übungsformen sind jedoch bei genauer Betrachtung kein Gegensatz, sondern ergänzen sich sehr gut.

In diesem Beitrag werden die Belastungsunterschiede erklärt. Die Übungen können so durchgeführt und abgeändert werden, dass gefährliche Belastungen vermieden werden. Es zeigt sich, dass bei den Übungen in geschlossener Gelenkskette das Körpergewicht einen Beitrag zur Entlastung des vorderen Kreuzbandes liefert. Bei den Übungen in offener Gelenkskette hängt die Belastung des vorderen Kreuzbandes von der Art des Widerstandes ab. Beide Übungsformen zusammen ermöglichen ein vielfältiges Trainingsprogramm bei gleichzeitig minimierter Belastung des vorderen Kreuzbandes.

## Anatomie

**D**ie Ursache für die Belastung des vorderen Kreuzbandes (ACL) ist in den anatomischen Strukturen und in der Art der Belastung zu finden. Das ACL wird immer belastet, wenn es zu einer Verschiebebewegung (Scherbewegung) in der Sagittalebene zwischen Oberschenkel und Unterschenkel kommt. Bei der Belastung des ACL wird der Unterschenkel in Bezug auf den Oberschenkel nach vorne bewegt. Im Rahmen der klinischen Untersuchung spricht man von einer „vorderen Schublade“.

Es kann z. B. beim Fußballspielen ein Schlag von hinten gegen den Unterschenkel erfolgen. Der Fuß ist am Rasen fixiert, der Unterschenkel wird nach vorne verschoben, es entsteht eine Scherkraft im Kniegelenk.

Die häufigste Ursache für die Scherbewegung zwischen Oberschenkel und Unterschenkel ist jedoch die Zug-

kraft des M. quadriceps bzw. die Zugkraft im Lig. patellae.

Der M. quadriceps hat seinen Ursprung am Oberschenkel und am Becken und wirkt über die Patella auf den Unterschenkel. Das Lig. patellae setzt an der Tuberositas tibiae an. In zahlreichen Publikationen wird auf den Lig. patellae Winkel eingegangen. Dieser gibt den Winkel zwischen der Achse der Tibia und der Ausrichtung des Lig. patellae an. Bei gestrecktem Bein ist der Lig. patellae Winkel groß (ca. 20° – 30°) und nimmt mit zunehmender Kniebeugung ab. Bei ca. 75° Kniebeugewinkel wird der Lig. patellae Winkel 0°.

## Mechanische Überlegungen

**I**n der Mechanik teilt man Kräfte in bestimmte vorgegebene Richtungen auf. Diese Methode ermöglicht, die Belastung unterschiedlicher Strukturen zu bewerten. Man interessiert sich für bestimmte Krafrichtungen. Ein typisches Beispiel ist ein Schifahrer auf einem schrägen Hang. Sein Körpergewicht wirkt senkrecht nach unten. Wir interessieren uns für die Kraftkomponente die den Schifahrer hangabwärts treibt, und für die Kraftkomponente mit der er gegen den Hang drückt. Dieselbe Vorgangsweise können wir auch bei der Betrachtung von Kräften im Kniegelenk wählen.

Im Kniegelenk interessieren wir uns für die Kraftkomponente mit der die Gelenksflächen zusammengedrückt werden, und für die Kraftkomponente mit der die beiden Gelenksflächen gegeneinander verschoben werden. Diese Verschiebekraft, oder auch Scherkraft genannt, ist für die Belastung des vorderen Kreuzbandes verantwortlich.

Auf den Unterschenkel übt das Lig. patellae eine Zugkraft aus. Diese Kraft teilen wir entsprechend der interpretierbaren Belastungen in zwei Komponenten auf. Die Komponente, die Femur und Tibia zusammendrückt, und die zweite Komponente, die den Unterschenkel gegenüber dem Oberschenkel nach vorne zieht. Diese zweite Komponente ist die Scherkraft, mit der das vordere Kreuzband belastet wird.

Zusätzlich wirkt im Kniegelenk die Gewichtskraft des Oberkörpers. Bei waagrechtem Tibiaplateau erzeugt diese Gewichtskraft nur Druck. Bei nach vorne geneig-

tem Tibiaplateau entstehen wieder zwei Kraftkomponenten. Eine reine Druckkraft, und eine zweite Kraft, die das Femur auf der tibialen Gelenksfläche nach vorne gleiten lässt und zur Entlastung des ACL beiträgt. Im Kniegelenk wirken daher mehrere Kräfte zusammen. Die Zugkraft des Lig. patellae und die Gewichtskraft des Oberkörpers. Zur Diskussion der Kniegelenkskräfte müssen diese Kräfte zusammengezählt werden.

## Üben in geschlossener Gelenkskette

**D**ie Kniebeuge ist eine typische Übungsform in geschlossener Gelenkskette. Bei der Kniebeuge soll der M. quadriceps gestärkt werden. Wir erzeugen mit dem Gewicht des Oberkörpers ein Drehmoment im Kniegelenk. Bei gestreckten Beinen zeigt die Wirkungslinie der Schwerkraft sehr nahe am Drehpunkt im Kniegelenk vorbei, daher ist das Drehmoment klein. Je stärker wir im Kniegelenk beugen, umso größer ist der Abstand zwischen Schwerelinie und Drehpunkt, umso größer daher auch das Drehmoment und somit die Zugkraft im Lig. patellae. Berücksichtigen wir nun Anatomie und Mechanik dann ergeben sich folgende Zusammenhänge:

- Bei kleinen Kniebeugewinkeln ist der Lig. patellae Winkel groß. Das könnte zu großen Scherkräften führen. Da bei kleinen Kniebeugewinkeln die Zugkraft im Lig. patellae jedoch klein ist, kann dementsprechend auch die Scherkraft nur klein sein.
- Bei größerem Kniebeugewinkel nimmt der Lig. patellae Winkel ab. Die Zugkraft im Lig. patellae wird größer. Aufgrund dieser gegenläufigen Effekte nimmt die Scherkraft im Kniegelenk nur mäßig zu. Durch die Beugebewegung kippt die tibiale Gelenksfläche nach vorne, die entsprechende Kraftkomponente des Oberkörpergewichtes trägt zur Verminderung der Scherkraft bei.

## Üben in offener Gelenkskette

**A**uf einem Tisch sitzen, den Unterschenkel nach unten hängen lassen und im Kniegelenk mit Muskelkraft strecken, ist eine typische Übung in offener Gelenkskette.

Ohne Muskelanspannung hängt der Unterschenkel mit ca. 90° nach unten. Der M. quadriceps ist entspannt. Bewegt man den Unterschenkel nahe der 90° Beugung ohne äußeren Widerstand, dann benötigt man wenig Kraft.

Es ergeben sich folgende Zusammenhänge:

- Der Lig. patellae Winkel ist klein, die Muskelkraft ist klein, daher sind die Scherkräfte im Kniegelenk zu vernachlässigen.

Bewegt man den Unterschenkel nahe der 90° Beugung gegen äußeren Widerstand dann ergeben sich folgende Zusammenhänge:

- Der Lig. patellae Winkel ist klein, die Muskelkräfte können groß sein. Aufgrund der Ausrichtung des Lig. patellae bleibt die Scherkraft klein.

Bewegt man den Unterschenkel gegen einen äußeren Widerstand bis zur Streckstellung, dann ergeben sich folgende Zusammenhänge:

- Nahe der Streckstellung ist der Lig. patellae Winkel

groß. Zieht der M. quadriceps stark, dann ergibt sich eine große Scherkraft im Kniegelenk. Je stärker der M. quadriceps angespannt ist, umso größer wird die Scherkraft.

Die entstehende Scherkraft hängt zusätzlich vom Ort

ab, an dem man den Widerstand gegen den Unterschenkel aufbringt. Drückt man in der Nähe vom Sprunggelenk gegen den Unterschenkel, dann ist die entstehende Scherkraft groß. Drückt man nahe am Kniegelenk gegen den Unterschenkel, dann benötigt man mehr Kraft um das Widerstandsmoment aufzubringen, die Scherkraft wird jedoch deutlich verringert.

## Zusammenfassung

**D**ie unterschiedlichen Übungen in geschlossener und offener Gelenkskette ergänzen sich zu einem umfassenden Übungsprogramm. Es werden Scherkräfte vermieden, wenn in offener Gelenkskette nahe der 90° Beugung gearbeitet wird, und es ergeben sich Scherkräfte vermindernde Effekte in geschlossener Gelenkskette. Vorsicht ist geboten, wenn die Muskulatur plötzlich oder unerwartet anspannt, und wenn in offener Gelenkskette nahe der Streckstellung belastet wird.



Dr. Christian Haid

### Zur Person:

Dr. Christian Haid ist Leiter des Biomechanischen Labors an der Universitätsklinik für Orthopädie in Innsbruck. Schwerpunkt seiner wissenschaftlichen Tätigkeit ist die Biomechanik der Wirbelsäule. Für die Erforschung der Funktion der Bandscheibe erhielt er 1996 den „VOLVO AWARD on Low Back Pain Research“. Als ehemaliger Leistungssportler beschäftigt er sich auch mit der Belastung des gesamten Bewegungsapparates. Er hält Vorlesungen an der Universität Innsbruck und an der Universität Salzburg. Seine Lehrtätigkeit umfasst auch zahlreiche Fortbildungen für Physiotherapeuten und Masseur.

+++ ACHTUNG +++ ACHTUNG +++ ACHTUNG +++ ACHTUNG +++

Die VÖSM sucht dringend für den

# Vienna-City-Marathon

am Sonntag, den 16. Mai 2004 noch freiwillige Helfer!

• Masseur • Sportmasseur • • Sporttherapeuten • Sportphysiotherapeuten •  
Bitte im VÖSM-Sekretariat bei Eva Janko melden! Tel. + Fax 02236/86 58 75  
e-Mail: [oegs-voesm@kabsi.at](mailto:oegs-voesm@kabsi.at)

# ORTHO THERAPIA SPORT



## PHYSIKOPRÄPARATE

- **ECHORAN® AKTIV ÖL**  
Ätherische Öle und Pflanzenauszüge zur Lockerung und Entspannung der Muskulatur. Durchblutungsfördernd, krampflösend und kühlend.
- **ECHORAN® MIT ALOE VERA**  
Spezielle Mischung des Echoran® Öls mit Aloe Vera Ölen. Besonders hautpflegende Eigenschaft.
- **ORTHO THERAPIA FIT FLUID**  
Ätherische Öle und Pflanzentinkturen beleben bei sportlicher Aktivität. Kühlend und erfrischend. Nicht fettend.
- **JH-FUßCREME**  
Ätherische Öle und Pflanzenwaxse beugen Blasen und Rötungen an den Füßen vor. Hautpflegende Wirkung für Füße und alle Körperstellen, die zu Rötungen neigen.
- **PHYSIKO BALSAM K**  
Natürliche Pflanzenextrakte für überbelastete Muskulatur in der Akutphase. Krampflösend, durchblutungsfördernd und entspannend.
- **PHYSIKO BALSAM W**  
Wärmebalsam für ältere, chronische Verletzungen und Beschwerden

**fabriFoam\***

**DIE funktionelle Bandage**

- hält ohne zu kleben
- rutschfest
- atmungsaktiv
- waschbar

 **smith&nephew**



# Sportlich und aktiv

Gesundheit. Magnesium mit Kalium für Herz, Muskeln, Nerven.

**F**ast jeder Zweite in Österreich geht in seiner Freizeit einer Sportart nach. Laufen, Nordic Walking, Rad fahren, Wandern, Work-out im Fitnesscenter oder Golf, Tennis und Schifahren sind für viele Menschen zu einem wesentlichen Bestandteil ihres täglichen Lebens geworden. Sportliche Aktivitäten tun unserem Körper jedoch nur dann gut, wenn man sich nicht zuviel zumutet und seine Grenzen kennt.

Alle Formen körperlicher Ertüchtigung haben eines gemeinsam, nämlich Bewegung – also Muskeltätigkeit. Dazu benötigt der Körper Mineralstoffe und hier vor allem Magnesium und Kalium.

Magnesium ist überall dort von Bedeutung, wo das Herz sowie Muskel- und Nervenzellen viel Energie umsetzen müssen. Weiters ist Magnesium an der Aktivierung von über 300 Stoffwechselvorgängen beteiligt. Vermehrtes Schwitzen bei Sport oder längere körperliche Anstrengung beeinflussen den Magnesium-Haushalt negativ. Da Muskeln viel Magnesium verbrauchen, können durch Magnesium-Mangel bedingte Muskelkrämpfe, wie etwa in der Wade, die Folge sein. Aber auch Stress, fett- und eiweißreiche Ernährung sowie vermehrter Alkoholkonsum können zu Mangelzuständen führen.

Magnesium und Kalium ergänzen sich ideal. Der Kaliumstoffwechsel steht in engem Zusammenhang mit jenem von Magnesium. Die tägliche Zufuhr von Kalium ist Voraussetzung für eine normale Funktion der Muskelzellen und spielt damit eine wichtige Rolle für die Herztätigkeit. Aber auch die Nervenzellen sind auf eine ausreichende Versorgung mit Kalium angewiesen. Der Körper kann Kalium nicht über längere Zeit speichern. Vor allem bei Sport und anstrengender körperlicher Arbeit wird Kalium verstärkt durch den Schweiß ausgeschieden.

Auch Stress und einseitige Ernährung können zu einer verminderten Kalium-Versorgung des Organismus führen. Dr. Böhm® Magnesium Sport kombiniert die wichtigen Mineralstoffe Magnesium und Kalium sowie Vitamin C in einer Brausetablette.

Dr. Böhm® Magnesium Sport wurde speziell für Menschen entwickelt, die durch sportliche Betätigung und körperliche Anstrengung einen erhöhten Bedarf an Magnesium und Kalium haben.

Wegen der großen Bedeutung für Herz, Muskeln und Nerven sollte man auf eine ausreichende und gleichmäßige Zufuhr von Magnesium und Kalium achten.

Für Herz, Muskeln  
und Nerven

Österreichs  
erfolgreichster  
Jungprofi im inter-  
nationalen Radsport

Bernhard Eisel  
empfiehlt

Dr. Böhm®

**MAGNESIUM  
SPORT®**

Tabletten  
zuckerfrei

Jetzt auch als  
Brausetabletten!



Qualität aus Ihrer Apotheke  
www.apomedica.com

**GUTSCHEIN**

Senden Sie mir eine Probepackung "Dr. Böhm® Magnesium Sport Brause" sowie Informationsmaterial kostenlos und unverbindlich zum Kennenlernen zu.\*

**Absender in Blockschrift ausfüllen:**

Vor- und Zuname

Straße

PLZ / Ort

Datum

Unterschrift

\* Solange der Vorrat reicht. Der Höchstweg ist ausgeschlossen. Berücksichtigt werden nur ausreichend frankierte Rücksendungen.

Der Einsender erklärt sich einverstanden, dass die Adresse in unsere Datenbank aufgenommen wird und etwaige weitere Zusendungen von Apomedica-Informationsmaterial erfolgen können.

Ausschneiden oder Postkarte an APOMEDICA  
8011 Graz, Hoeseggerkai 3, einsenden.

Fax: 0316/823533-50, e-mail: office@apomedica.com  
www.apomedica.com

# Beginn einer neuen Ära

Ausbildung. VÖSM-Vorstands-Mitglied Fritz Stranz über die erste Aufschulung zum „Freiberuflichen Heilmasseur“.

**A**loisia (unsere Tirolerin, die sich die Nächte im Zug verkürzt um immer bei uns sein zu können), Andrea, Elfriede, Elli, Erich (der Steirerbua, der selbst nach 24 Std. Diensten mit Ringen unter den Augen dem Unterricht noch lauscht), Franz, Josef, Leonhard, Marion, Michael, Robert, Rudi, Sabine, Sonja, Susanna und Susanne versammelten sich am 4. Dezember 2003 um 8.00 Uhr in Ebreichsdorf im – uns allen bestens bekannten – Sportcenter „Skarics“.

Mit wem haben wir was bis jetzt jedes 2. Wochenende erlebt?

7 UE **Erste Hilfe** wurden uns durch Mag. Marco Leonardelli näher gebracht.

**Physik** in 15 UE von Chr. Bayreder sehr lebendig gestaltet.

20 UE **Kommunikation:** Praxis „Pu(hr)“ und intensiv vorgetragen durch Prof. Dr. Johann Wilde: Anatomie, Physiologie, Pathologie

wollte keiner widerstehen und sie wird uns bald wiedersehen ... Selbst die werdenden Mütter Andrea und Marion hielten dem Parfum Formaldehyd des Institutes stand.

## 1.4) Kommunikation

Wir fragten uns: Was wird denn das?

Die Uli bewieß: nicht nur lernen sondern auch Spaß!

Die Infos kamen sehr berufsbezogen, auch um Konfliktlösungen wurden wir nicht betrogen.

Selbsteinbringen musste Uli nicht erzwingen, in Gruppen klein und groß – ja da war was los.

Spielerische Übungen und Kinesiologie machten uns locker und aktiv wie nie.

Wie man sieht mussten wir auch reimen, um visuell, auditiv und kinästhetisch zu timen.

Eines ist uns jetzt schon klar: Diese Aufschulung ist nicht nur eine berufliche Weiterentwicklung, sondern trägt auch zur Knüpfung neuer Freundschaften bei!

Ab sofort nehmen wir Neuanmeldungen für die im Jänner 2005 neu startende Aufschulung zum Heilmasseur unter Tel./Fax 02236 / 86 58 75 entgegen.



Team HM-Aufschulung mit Kursbetreuer Fritz Stranz (r.)

Innenleben der Vorträge

### 1.1) Erste Hilfe

Marco Leonardelli – ein Sanitäter mit Leib und Seele und juristischem Hintergrund – half uns das Vergessene wiederzubeleben. Praktische Übungen von B über A zu C an unserer Puppe mit üppigem Vorbau, die die „Person ohne Bewusstsein“ war.

In Kleingruppen mussten wir die Sturzhelmabnahme und die Rettungskette an Hand von Bildern rekonstruieren und praktisch nachstellen. – Erlebtes bleibt eben besser in Erinnerung als nur Gehörtes!

### 1.2) Physik

Was passiert, wenn sich zwei Masseure mit der gleichen Geschwindigkeit (v) gleichförmig aufeinander zu bewegen? – Wisst ihr das? Wir jetzt schon!!!

Durch Christian Bayreders Bemühungen und seinem toll ausgearbeiteten und gestalteten Skriptum hat er die trockene Physik für uns so lebendig wie möglich gemacht. Durch seine Power Point Präsentation wurde alles sehr allgemein verständlich.

### 1.3) A A P

Wir glaubten schon alles zu wissen – doch Prof. Wilde belehrte uns eines Besseren. Sein hohes Fachwissen auf diesem umfangreichen Gebiet wird uns sehr sprunghaft zwischen den Materien näher gebracht. Einer Einladung in seine Heimat – dem anatom. Institut –

## ff\*-Bandagen – perfekte Unterstützung von Professionals für Professionals

**B**etreuer von Hochleistungssportlern greifen immer häufiger zu ff\*-Bandagen der Firma Smith & Nephew, um ihre Schützlinge optimal auf die Anforderungen des Hochleistungssportes vorbereiten zu können. Die Bandagen werden präventiv, kurativ aber auch rehabilitativ eingesetzt. Ohne lange Vorbereitungen der Sportler jederzeit und überall anlegbar, gelenkstabilisierend und bewegungsunterstützend – ein Muss für jeden Betreuungskoffer.

Sporttherapeut Kurt Waltl hat ff\* für das Daviscup- und Federationcup-Tennisteam beim letzten sportmedizinischen Symposium in St. Anton/Arlberg kennengelernt und war von seiner Vielfältigkeit begeistert. Das Daviscupmatch gegen die USA war die ideale Möglichkeit, das Material im Einsatz zu testen. Kurt Waltl war begeistert. – Wir werden darüber berichten. Wenn sie Interesse haben, rufen sie doch an und informieren sie sich über die ff\*-Bandagen oder besuchen sie einen Tagesworkshop. Wir helfen ihnen gerne weiter. Nächster Tagesworkshop: 21.04.2004 in Wien. Wir würden uns auf ihr Kommen freuen!



# Neue Lebenskraft

Neue Technologie. Die Methode der SKENAR-Anwendung.

**D**ie SKENAR-Anwendung ist eine ganzkörperliche Anwendungsweise, die das vegetative Nervensystem regulieren kann. Elektrische Impulse – ähnlich wie Nervenimpulse, werden über die Haut dem Nervensystem hinzugefügt.

Es handelt sich dabei um eine Form von elektrotechnischer Anwendung, welche in keiner Weise den bisherigen weitverbreiteten Therapien ähnelt. Das Ziel dieser unterstützenden Anwendung ist, die Anpassungsfähigkeit des Organismus über eine Verbesserung aller Körperfunktionen zu verbessern. Ziel ist somit nie die Verbesserung nur eines Körperteils bzw. eines Organismus, sondern des gesamten Organismus.

SKENAR kann zu einer Optimierung aller Organsysteme bzw. Körperfunktionen führen, indem die zellbiologischen Prozesse durch Neuro-peptidausschüttungen verbessert werden. Die Wirkung dieser Neuropeptide im Blut, welche die Körperfunktionen neben dem Nervensystem und dem Hormonsystem steuern, ist vielfältig und lang anhaltend. In der SKENAR-Anwendung ist besonders der analgetische Effekt sehr anschaulich. Bei Schmerzpati-

enten kann sehr häufig bereits nach 20 bis 30 Minuten ein deutlicher schmerzlindernder Effekt beobachtet werden. Die SKENAR-Anwendung ist allerdings keine Schmerztherapie und kann durch die Optimierung möglichst vieler Körperfunktionen nur konstitutionellen Charakter haben.

Mittels SKENAR können praktisch nie Körperfunktionen blockiert werden, sondern immer gefördert. Damit unterscheidet sich SKENAR von der Wirkungsweise vieler Pharmaka. Häufig kann es bei SKENAR-Anwendungen zum Wiederauftreten unterdrückter alter Symptome, wie auch in der klassischen Homöopathie beschrieben, kommen.

Ziel dieser, den Organismus unterstützenden Anwendung, soll die Verbesserung der suboptimalen Anpassungsreaktionen des Organismus sein, um mit Stressfaktoren auch ohne Pharmaka besser umgehen zu können.

Durch die Wirkung des SKENAR's werden nie Symptome und folglich auch keine Krankheiten behandelt, sondern es kommt immer zur unterstützenden Anwendung bei kranken Organismen. Eine Diagnose, wie sie die universitäre Medizin lehrt, ist zweitrangig. Priorität haben immer der ganze Organismus bzw. aktuelle Beschwerden.

Einsatzgebiet

Mehr als 50.000 dokumentierte Behandlungen in der ehemaligen UdSSR zeigen, dass SKENAR auf den gesamten Organismus wirkt. Diese Erfahrungen zeigen, dass der SKENAR bei einer sehr breiten Palette von Krankheiten erfolgreich eingesetzt werden kann. U. a.: Störungen des gastrointestinalen Traktes, Störungen des kardio-vaskulären, muskulo-skelettalen und uro-genitalen Systems, Atemwegs- und Lungenproblemen, Störungen des Nervensystems und im HNO-Bereich. Jegliche Beschwerde im Augenbereich, Frakturen und Wundheilungsstörungen. Verbrennungen, Insektenstichen und allergischen Reaktionen. Störungen im Immun- und endokrinen System, ernährungsbedingte Erkrankungen und Stoffwechsel-Erkrankungen sowie

Folgen langer Stresseinwirkung wie chronische Müdigkeit und Erschöpfung!

Die Erfahrungen zeigen, dass es durch die Verwendung des SKENAR's zu einer nachhaltigen Schmerzreduktion bzw. kompletten Beseitigung von verschiedenen Schmerzen kommen kann. Anwender von SKENAR berichten generell über einen erhöhten Energiepegel, tiefen und erholsamen Schlaf und ein

gesteigertes Wohlbefinden.

Obwohl viele tausend dokumentierte Fälle und klinische Studien in Russland letztlich Beweise genug liefern, werden derzeit weitere Dokumentationen und Studien in Deutschland und Österreich vorbereitet, um die bisherigen Ergebnisse zu bestätigen und zu untermauern.

Mehr als 50.000 dokumentierte Behandlungen in Russland lassen die Schlussfolgerung zu, dass SKENAR auf alle Körpersysteme einwirkt. Diese Technologie kann bei einer sehr breiten Palette an Diagnosen erfolgreich eingesetzt werden, wobei die Summe aller Beschwerden und vor allem die momentane Beschwerde absolute Priorität hat und nicht die Diagnose.

Info: [www.skenar.at](http://www.skenar.at) bzw. [www.enerbalance.at](http://www.enerbalance.at)



Das SKENAR-Gerät: Elektrische Impulse

Einfach zum Kennenlernen:  
Machen Sie sich ein Bild  
von meiner SKENAR-Anwendung!

Ludwig Kalina  
Wassergasse 37, 2500 Baden,  
Tel. 0650 / 4 24 85 87, e-mail: [l.kalina@gmx.at](mailto:l.kalina@gmx.at)

# Leicht und effektiv

Prof. Dr. R. Schabus über die Behandlung von Sportverletzungen.

**M**ehr als 150 Tausend Sportunfälle jährlich in Österreich verursachen vor allem Gelenksverletzungen im Bereich der unteren Extremität, die Tendenz der Verletzungen an der oberen Extremität ist steigend. Weiterhin bleibt das Kniegelenk mit therapiebedürftigen Verletzungen und Spätschäden Spitzenreiter der Statistik. Bei den typischen heimischen Sportarten wie alle Wintersportarten gibt es in der Zeit der Sportartausübung endemisch mehr Verletzungen. Mehr als 80.000 Personen verunglücken jährlich auf heimischen Skipisten. Körperliche Fitness und gezieltes Aufbau-training können dem vorbeugen. Eine Prävention gegen Verletzungen ist möglich, wenn sich jeder Sporttreibende in seinem adäquaten Leistungslevel den Belastungen aussetzt. Leider spielen bei der Entstehung von vielen Verletzungen große emotionale Energien und Defizite in der Kondition eine große Rolle. Mountainbiking und Fußball etwa weisen, bezogen auf die Zahl der Aktiven, ein weit höheres Verletzungsrisiko als die Wintersportarten auf. Bei den Verletzungen mit Folgeschäden liegt allerdings der Skisport im vorderen Feld, weil der Anteil der Knieverletzungen sehr hoch

ist. Gerade bei diesen Verletzungen ist die rechtzeitige Diagnose und Therapie sehr wichtig, damit die Spätfolgen minimiert werden. Das Tückische an den Knieverletzungen ist, dass die subjektiven Beschwerden oft nicht mit dem Schweregrad der Verletzung übereinstimmen. Leichte Knieverletzungen können beachtliche Schmerzen verursachen, während komplexe Bänderrisse manchmal beinahe schmerzlos sind. Viele Betroffene suchen daher erst nach Wochen leichter Beschwerden medizinische Hilfe auf. Ein für viele Überlastungsschäden, d. h. für Mikrotraumata verantwortlicher Sport ist Tennis, da auch hier viele Weichteilveränderungen durch Überforderung der Gewebe entstehen. In den letzten Jahren haben Diagnostik und Behandlung von Sportverletzungen und -schäden erheblich an Umfang und Bedeutung zugenommen. Von den operativ zu versorgenden Verletzungen z. B. des Kniegelenks sind mehr als 80 % im Rahmen der Sportausübung zugezogen worden.

Die tägliche Konfrontation mit sportärztlichen Problemen und Traumen des Bewegungsapparates fordert den Mediziner, den Physiotherapeuten wie auch den Sportmasseur nicht nur bei Spitzensportlern. Aber

**ICHTHOLAN<sup>50%</sup>**  
Die schwarze Salbe gegen Entzündungen und Schmerz

## Salbenverband bei Sportverletzungen

entzündungshemmend  
durchblutungsfördernd  
schmerzlindernd



**Fachkurzinformation Ichtholan 50%** Bezeichnung des Arzneimittels: Ichtholan 50% Salbe. Zusammensetzung: 100g enthalten 50g Ammoniumbituminosulfonat („Ichthylol“). Hilfsstoffe: Wollwachs, mikrokristalline Kohlenwasserstoffe, Vaselin gelb, Aqua destillata. Anwendungsgebiete: Tiefe Pyodermien wie Furunkel, Schweißdrüsenabszesse. Als Dauerverband bei Arthrose, Arthritis, Tendovaginitis, Epikondylitis, Thrombophlebitis, Sportverletzungen. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen einen Inhaltsstoff. Schwangerschaft und Stillperiode: Ichthylol weist im Tierversuch keine teratogene Wirkung auf. Bei Menschen ist bisher keine derartige Wirkung bekannt geworden. Der Übertritt der Substanz in die Muttermilch wurde nicht untersucht. Weitere Angaben zu Nebenwirkungen, Wechselwirkungen, Gewöhnungseffekten und zu besonderen Warnhinweisen zur sicheren Anwendung sind der „Austria-Codex Fachinformation“ zu entnehmen. ATC Code D03AX. Hersteller: Ichthylol-Gesellschaft Cordes, Hermann & Co., Sportallee 85, D-22335 Hamburg. Zulassungsinhaber: Ichthylol-Gesellschaft Cordes, Hermann & Co., Sportallee 85, D-22335 Hamburg, Deutschland. Packungsgrößen 40g, 250g Verschreibungs-pflicht/Apothekenpflicht Rp.-frei, apothekenpflichtig.

nicht nur der bereits Verletzte sondern auch der sportlich interessierte Laie, insbesondere der Sportler selbst, sucht Informationen über Vorbeugung, Behandlung und Nachbehandlung von Sportverletzungen.

Welche Verfahren und Hausmittel bewähren sich bei Prellung und Verstauchung? Die Anwendung von kühlenden Kompressionsverbänden, lokal auftragbaren, kühlenden Sportgels oder ein kalter Topfenumschlag kann die Beschwerden des akuten Gewebetraumas mindern. Auf jeden Fall soll man das Ausmaß einer Verletzung nicht unterschätzen. Hat der Verletzte während des Sportunfalls oder Überlastung eine hörbare oder spürbare Sensation im Verletzungsgebiet bemerkt, sollte die exakte Untersuchung durch den Spezialisten erfolgen.

**D**ie bereits oben angeführte topische Therapie von Sportverletzungen wird neben den klassischen Externa auch mit pflanzlichen Antiphlogistika unterstützt und nicht selten auch zunehmend höher konzentrierte, dunkle sulfonierte Schieferöle (z. B. Ichtholan® 50 %-Salbe) zur lokalen Behandlung von Weichteilverletzungen verwendet.

Die Sporttraumatologie profitiert von den antiphlogistischen, resorptionsfördernden und analgetischen Effekten der sulfonierten Schieferöle. Als wichtige Indikation für den topischen Einsatz der sulfonierten Schieferöle sind mechanisch verursachte Bursitiden, Tendinitiden, Weichteiltraumata der Muskeln, Sehnen und Gelenke ohne Instabilitäten wie Distorsionen und

Kontusionen, und alle Arten der Überlastungsreaktionen an Sehnen.

Als langjähriger ärztlicher Betreuer des österreichischen Davis-Cup-Teams gemeinsam mit Kurt Walzl als Masseur bei vielen Tennisveranstaltungen haben wir bei klarer Indikation der Verwendung von Ichtholan-Bad und Ichthyol-Salbe sehr gute Wirksamkeit bei sämtlichen tennisinduzierten Überlastungsreaktionen des Bewegungsapparates beobachtet.

Unterstützend wird noch durch ein frühfunktionelles physikalisches Behandlungsprogramm ein ganz wesentlicher Beitrag zum ausgezeichneten Ausheilungsergebnis nach Traumen und Überlastungsreaktionen geleistet. Diese Maßnahmen sollen bis zur Sportintegration des Verletzten durchgeführt werden.

Die beste Behandlung ist die Prävention von Sportverletzungen durch Information, Training für die spezielle Sportart, Einschätzen der Kraftreserven, d. h. keine Ermüdung während der Sportausübung, um allen verletzungs potentiellen Kräften entgegenzuwirken. Hier sind auch die zeitkonsumierenden exakt ausgeführten Stretchingübungen und Massagen als wichtigste Prävention gegen Überlastungen anzuführen.

Kommt es trotzdem zu behandlungswürdigen Schäden des Bewegungsapparates, so kann man mit Erfahrung auf altbewährte Mittel wie z. B. sulfonierte Schieferöle zurückgreifen, deren Anwendung leicht und effektiv ist.

*Univ. Prof. Dr. Rudolf Schabus*

*FA für Unfallchirurgie und Sporttraumatologie*

*www.sport-trauma.at*

## Tipp für den Akutfall:



bei

Sportverletzung  
Muskelschmerz  
Verspannung

Das **Pflaster**, das den **Schmerz** vertschüssst.

⊕ 1 Pflaster (10 x 14 cm) pro Tag genügt!

⊕ Aaah - angenehm kühl!

⊕ Kein Schlucken und Schmieren mehr!

Fragen zu Flector® EP Pflaster beantwortet Ihnen gerne:

Mag. Christina Pichler: Telefon: 01/80104 - 2533 oder per e-mail: christina.pichler@sanova.at

**Flector® EP** Pflaster ist in den Packungsgrößen  
zu 2, 5 und 10 Stück in Ihrer Apotheke rezeptfrei erhältlich.

[www.flector.at](http://www.flector.at)



# Heilen über die Wirbelsäule

## Ausrichten der Wirbelsäule nach der Methode DORN & BREUSS

**D**ies war nun schon der zweite Kurs Dorn & Breuß, vom 16. – 18. Jänner 2004 im Sportzentrum Skarics, der bis zum letzten Platz ausgebucht war.

Präsident der VÖSM – Prim. Doz. Dr. Thomas Bochdanský – begrüßte die 24 Seminarteilnehmer und Kursreferent Dr. Harro Danninger, Arzt für Allgemein-

medizin, Kurarzt, Kneipparzt, Arbeitsmediziner und Lehrbefugter für die Methode Dorn & Breuss, Ausbildung in Neuraltherapie, Chiropraktik, Homöopathie, Energiearbeit. Der Präsident gab der Freude Ausdruck, dass für Dorn & Breuß besonders großes Interesse vorhanden ist.

Physiotherapeut/innen, gewerbliche und medizinische Masseur/innen waren eifrig dabei, das von Dr. Danninger übergebene Grundwissen der beiden Methoden in die Praxis umzusetzen.

Assistenz leistete Birgit, die, an ihrem Lehrmeister Harro geschult, den Teilnehmern praxisorientiert zur Seite stand.

Es wurde demonstriert, dass mit dieser Methode praktisch jeder Wirbel erreicht werden kann, sei er auch noch so kompliziert verrutscht. Die Indikationsbreite geht von Bandscheibenvorfall, Migräne, Cervikal- und Peitschenschlagsyndrom bis zu psychosomatischen Beschwerden.

Durch beide Methoden können nicht nur im organischen Bereich, sondern auch im seelischen Bereich oftmals Blockierungen sehr wirkungsvoll behoben werden. Die Wirbelsäule richtet sich weder nach Paragraphen und akademischen Anweisungen, noch nach Terminkalendern. Sie hat ihre eigenen Gesetze und die muss man erspüren.

**D**as Richten der fehlgestellten Wirbel erfolgt bei Dorn & Breuß durch sanften Druck seitlich an den Dornfortsätzen oder Querfortsätzen der Wirbel (mit leichter Vibration). Dabei muss der Klient leichte Schwingbewegungen des jeweils gegenüberliegenden Beines ausführen. Pendelbewegungen des Beines werden im Bereich vom Steißbein bis zum achten Brustwirbel durchgeführt. In manchen Fällen ist es erforderlich, die Fehlstellung eines Wirbels mit dem Schieber zu korrigieren. Dem Einrichten des Kreuzbeines und der Lendenwirbelsäule wurde auch großes Augenmerk geschenkt, da in der Praxis Kreuz-Darmbein-Blocken (Ileo-sacral-Blockade) nicht selten vorkommen.

Wenn sich die Beschaffenheit und Vitalität des Gewebes und die Ausrichtung der Körperhaltung als Folge der Behandlung verbessert, erfährt der Klient mehr Wohlbefinden. Fühlt sich der Empfänger auf der körperlichen Ebene besser, wird auch sein Leben insgesamt wieder besser funktionieren.

Die Behandlung darf absolut nicht schmerzen! Bei einer akuten Ischialgie sollte nicht mit der Breuß-, sondern mit der Dorn-Methode behandelt werden.

### Schmerzprobe

Fühlt der Patient bei leichter Berührung Schmerzen, ist abzuklären, ob Osteoporose vorliegt, und wie weit diese fortgeschritten ist. Wenn ja, ist von einer Massage abzuraten oder diese mit ganz leichten, aber ohne Druck durchgeführten Bewegungen zu versuchen, dem Patienten eine Linderung zu verschaffen.

### Wer ist nun dieser Herr Dorn?

Zuallererst gesagt: Er ist kein Mediziner, er kommt nicht einmal aus einem anderen Heilberuf. Er ist von Beruf Sägewerksbesitzer und Landwirt, im schwäbisch-bayrischen Allgäu. Sie werden nun einwerfen, wie ein Mann, der keine medizinische Vorbildung hat, zu solch einer Therapie kommen konnte?

Seinen ersten Kontakt mit der Grundform der manuellen Therapie hatte er selbst vor ca. 25 Jahren nach einem Hexenschuss. Nun gab es damals in Lauterach einen alten Bauern, der diese Art von Wirbelsäulenbehandlung praktizierte. Mit dem Gedanken, dass seine Beschwerden nicht noch schlimmer werden können, begab er sich in dessen Behandlungen. Nach einigen Handgriffen war Herr Dorn beschwerdefrei. Verblüfft fragte er damals, wo man so etwas lernen könnte und der alte Bauer, der schon sehr krank war, zeigte ihm die Grundgriffe. Er untersuchte zunächst seine Frau, fand Halswirbelsäulenblockierungen, therapierte diese und seine Frau war beschwerdefrei. Dieser Erfolg blieb natürlich nicht im Verborgenen. Die Erfolgsmeldungen zogen ihre Kreise und so vergrößerte sich konstant der Radius, aus dem die Patienten kamen und kommen.

Aus gezielten Beobachtungen durch das Studium vieler Bücher entwickelte er im Laufe der Jahre sein Therapiekonzept. Heute wird die Dorn-Methode mit der Breuss-Massage kombiniert angeboten.

### Die Dorn-Breuß-Methode – was ist das?

Die Methode setzt sich zusammen aus der Massage mit Aktivierung des Energieflusses an der Wirbelsäule nach Rudolf Breuß und der sanften Korrektur von Wirbel- und Gelenkfehlstellungen nach Dieter Dorn. Diese Methode unterscheidet sich grundlegend von der üblichen Chiropraxis. Dort werden oft durch ruckartige



Dr. Thomas Bochdanský und Kursreferent Dr. Harro Danninger

Bewegungen die Bänder, die die Wirbel zusammenhalten sollen, gedehnt. Man kann diese Chiropraxis nicht oft wiederholen, weil die überdehnten Bänder sonst nicht mehr halten. Bei der Methode nach Dorn wird versucht, mit Hilfe des zu Behandelnden die Wirbel- und Gelenkfehlstellungen auf sanfte dynamische Art zu korrigieren.

Dem Referenten Dr. Danninger ist es zu verdanken, dass den Fortbildungsseminaren reges Interesse zuzuschreiben ist. Das Ausüben der Dorn- und Breuß-Methode benötigt eben eine fachgerechte Ausbildung.

*Herbert Kipferling*



Referent Dr. H. Danninger mit einem Kursteilnehmer

## Drittes Grundseminar

Heilen über die Wirbelsäule – Ausrichten der Wirbelsäule nach der Methode Dorn & Breuß

Termin: 2. – 4. Juli 2004

Referent: Dr. Harro DANNINGER; Arzt für Allgemeinmedizin, Kurarzt, Kneipparzt, Arbeitsmediziner, Lehrbefugter für die Methode Dorn & Breuß Ausbildung in Neuraltherapie, Chiropraktik, Homöopathie, Energiearbeit

Kurszeiten:

**Freitag, 2. Juli 2004** von 18.00 – 21.00 Uhr

**Samstag, 3. Juli 2004** von 9.00 – 13.00 Uhr und 14.00 – 19.00 Uhr

**Sonntag, 4. Juli 2004** von 9.00 – 13.00 Uhr

Insgesamt 16 Stunden

Ort: Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstraße 36, Telefon 02254/75141

Quartier: im Sportzentrum Skarics, Zimmer mit Bad und WC, Nächtigung mit Frühstück, Reservierungen bitte unter der Tel. 02254/75141 selbst vornehmen!

Kursgebühr: Mitglieder € 250,-, für Nichtmitglieder € 290,-

Anmeldungen: Ab sofort bei der VÖSM, 2344 Ma. Enzersdorf-Südstadt, Johann Steinböck-Straße 5, Tel. und Fax 02236/865875 oder E-Mail: [oegs-voesm@kabsi.at](mailto:oegs-voesm@kabsi.at)

Einzuzahlen bei der VÖSM, PSK, BLZ 60000, Kto. Nr. 92094141

Die Anmeldung hat erst nach Einzahlung der Kursgebühr ihre Gültigkeit.

Ein Aufbau-seminar ist bereits für 8. – 10. Oktober 2004 terminisiert. Anmeldungen werden nach dem Eingang des Kursbeitrages berücksichtigt.

## Interdisziplinäres Symposium 2004

powered by Trauma-Salbe

2. August 2004, Landwirtschaftskammer OÖ

### FUNKTION – REHABILITATION – MOTIVATION

#### Programm

9.00 Uhr	Begrüßung
9.05 Uhr	Wieviel Bewegung braucht der Mensch?
9.35 Uhr	Das Übertrainingssyndrom – State of the Art
10.05 Uhr	The envelope of function – The effect of loading on human musculoskeletal tissues (Vortrag in Englisch mit deutscher Übersetzung)
11.00 Uhr	Physische und psychische Überlastungsreaktionen in der Rehabilitation nach Sportverletzungen
11.30 Uhr	Überlastungserscheinungen am Bewegungsapparat beim Laufsport
12.00 Uhr	Grenzen der Belastbarkeit aus Sicht des Athleten
12.30 Uhr	Mittagessen
14.00 Uhr	Therapiekonzepte bei Überlastungsreaktionen
14.30 Uhr	Workshop 1: Prävention/Behandlung von Überlastungserscheinungen
	Workshop 2: Prävention/Behandlung von Überlastungserscheinungen
15.50 Uhr	Workshop 1
	Workshop 2
17.00 Uhr	Im Team zum Erfolg
	anschließend Besuch des Gugl Meetings

#### Anmeldung

Institut für Sporttherapie, Kopernikusstr. 1a, A-4600 Wels, Tel. 0043 7242 68700, Fax 0043 7242 51491, E-Mail: [sporttherapie-wels@sporttherapie.at](mailto:sporttherapie-wels@sporttherapie.at)

#### Kongreßgebühr

		Bei Einzahlung bis 2. Juli 2004
Ärzte	€ 135,00	€ 110,00
Sportwissenschaftler und dipl. PT	€ 95,00	€ 75,00
Studenten und PT in Ausbildung	€ 75,00	€ 60,00

Die Anmeldung ist gültig mit dem Einlangen des Betrages auf dem Kto. Nr. 471.575.704 bei der Bank Austria, BLZ 20151

#### Inkludierte Leistungen

Mittagsbuffet · 1 Sitzplatzkarte der besten Kategorie beim Gugl Meeting 2004 · offizielles Meeting T-Shirt  
Teilnahmebestätigung (Sportmedizinern werden 4 Stunden im Rahmen der jährlichen Fortbildungspflicht angerechnet)



Univ. Prof. Dr. Christian Fink  
Mag. Dr. Josef Wiesauer  
Dr. Kurt Moosburger  
Scott Dye

Univ. Prof. Dr. Christian Fink  
Reinhard Huber  
Prim. Dr. Reinhold Dallinger  
Andreas Berger

Prim. Univ. Prof. Mag. DDr. Wicker  
Team Activmed Burtischer/Huber  
Team der Sporttherapie

Markus Gandler, Alois Stadlober

# Start zur Sporttherapie

Sportmasseur-Fortbildung. Einjährige aufbauende Zusatzausbildung nur für ausgebildete Sportmasseure.

**D**ie Sporttherapieausbildung ist eine aufbauende Zusatzausbildung zum/zur VÖSM-Sportmasseur(in) und erfolgt in einem einjährigen Bildungsgang.

Ziel: Eine noch speziellere Ausbildung zum/zur Sporttherapeuten(in) soll gewährleisten, dass geeignete Maßnahmen für Prävention und Regeneration im Sport gesetzt werden.

Insgesamt 9 Wochenendkurse mit Abschlussprüfung, Beginn jeweils Samstag von 08.30 bis 18.15, Sonntag 08.30 bis 18.15 Uhr anschließend 1 Wochenendtermin für Abschlussprüfung.



Sporttherapie-Ausbildung: Großer Zuspruch in Ebreichsdorf

Termine:

1. Kurs: 4. – 5. September 2004
2. Kurs: 2. – 3. Oktober 2004
3. Kurs: 30. – 31. Oktober 2004
4. Kurs: 4. – 5. Dezember 2004
5. Kurs: 8. – 9. Jänner 2005
6. Kurs: 26. – 27. Februar 2005
7. Kurs: 12. – 13. März 2005
8. Kurs: 23. – 24. April 2005
9. Kurs: 28. – 29. Mai 2005

Abschlussprüfung: 26. Juni 2005

Kurskosten: € 1.500,- inkl. Skripten

Kursort: Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstraße 36, Telefon 02254/75141

Anmeldung: Ab sofort bei der ÖGS

Lehrinhalte: Aufbauend auf die VÖSM-Sportmasseur-ausbildung:

Begrüßung und Einleitung	1 UE
1. Funktionelle Anatomie	19 UE
2. Sportorthopädie	5 UE
3. Sporttraumatologie	5 UE
4. Leistungsphysiologie	10 UE
5. Ernährung	8 UE
6. Doping	2 UE
7. Sportpsychologie	10 UE
8. Organisation des österreichischen Sports	2 UE
9. Trainingslehre (Theorie)	8 UE
10. Trainingslehre (Praxis)	12 UE
11. Biomechanik: Grundlagen in Sport und Therapie	6 UE
12. Angewandte Biomechanik in Sport und Therapie	10 UE
Praxis der Sporttherapie:	
13. Befunderhebung (Sportmotorische Tests)	8 UE
14. Testauswertung	2 UE
15. Behandlungskonzepte	10 UE
16. Funktionelle Verbände und Tapen	10 UE
17. Sportspezifische Massage	10 UE
18. Passive physikalische Therapie	4 UE
19. Trainingstherapie u. therapeutisches Training	10 UE
20. Regeneration im Sport	8 UE
insgesamt	160 UE

21. Semester-Prüfungen und Abschlussprüfung

Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie, Prim. Dr. Andreas Kainz, Präsident

Weitere Infos bei ÖGS, Tel. u. Fax 02236/865875, e-Mail: oegs-voesm@kabsi.at

**AUFRUF AN ALLE MITGLIEDER DER VÖSM UND AN ALLE LESER DER ZEITSCHRIFT sportphysiotherapie:**

Wir bitten um Bekanntgabe Ihrer E-Mail-Adressen, damit wir Ihnen noch mehr Informationen auf schnellstem Weg zukommen lassen können.

# Ausbildung zum Sportmasseur

nach den Richtlinien der VÖSM

**D**er Lehrgang zur Ausbildung von Sportmasseuren(innen) erfolgt in Zusammenarbeit mit der Österreichischen Bundessportorganisation in einem einjährigen Bildungsgang unter der Bedachtnahme der in Österreich geltenden Gesetze. Ziel ist es, die Teilnehmer eingehend mit den fachlichen und erzieherischen Aufgaben eines Sportmasseurs vertraut zu machen.

Sportmasseur(in) im Sinne dieser Richtlinien ist eine nach den geltenden Bestimmungen ausgebildete und qualifizierte fachkundige Person, die befähigt ist, Sporttreibende im Breiten-, Leistungs- und Hochleistungssport vor-, während- und nach deren Sportausübung zu betreuen.

Termine:

1. Kurs: 18. – 19. September 2004
  2. Kurs: 15. – 17. Oktober 2004
  3. Kurs: 26. – 28. November 2004
  4. Kurs: 10. – 12. Dezember 2004
  5. Kurs: 28. – 30. Jänner 2005
  6. Kurs: 4. – 6. März 2005  
19. – 20. März 2005  
Anatomiezusatzkurs in Innsbruck
  7. Kurs: 15. – 17. April 2005
  8. Kurs: 20. – 22. Mai 2005 + Praxis Wien-Marathon  
(Mit Vorbehalt!)
  9. Kurs: 3. – 5. Juni 2005
- Prüfung: 25. Juni 2005

Ort:

Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstr. 36  
Tel. 02254/75141

Quartier:

Im Hause Skarics. Bitte Reservierungen bei Skarics unter obiger Telefon-Nummer selbst vornehmen!

Kurskosten:

Komplette Ausbildung € 1.420,-  
Einzuzahlen an VÖSM

bei PSK BLZ 60000, Kto.Nr.92094141

Anatomiezusatzkurs in Innsbruck ist freiwillig, Kurskosten hierfür extra € 120,-. Für Aufenthalts- und Verpflegskosten am Kursort sowie Fahrtkosten haben die Teilnehmer selbst aufzukommen.

Anmeldung:

Im Sekretariat der VÖSM, 2346 Südstadt  
Johann Steinböck-Str. 5, Tel. u. Fax 02236/865875,  
E-Mail: [voesm@kabsi.at](mailto:voesm@kabsi.at)

Termin- und Preisänderungen vorbehalten!



Kursleiter Horst Pörschacher, Seminar-Teilnehmer: Großes Interesse

## Unterrichtsgegenstände

### I. THEORIE

Einführungsunterricht  
Ethik in der Sportbetreuung  
Trainingslehre  
Methodik  
Bewegungslehre und Biomechanik  
Psychologie  
Beschreibende-, Funktionelle Anatomie und Anatomie in vivo  
Sportphysiologie  
Leistungsdiagnostik  
Doping im Sport  
Ernährung im Sport  
Sportorthopädie und Sporttraumatologie  
Erstversorgung von Sportverletzungen  
Erste Hilfe in Notfällen  
Befunderhebung  
Thermotherapie  
Funktionelle Verbände  
Spezielle Theorie der Sportmassage  
Regenerative Maßnahmen im Sport  
Funktionsgymnastik

### II. PRAXIS

Praktische Übungen/Konditionsarbeit  
Praktische Übungen / Funktionsgymnastik  
Praktische Übungen/Befunderhebung  
Praktische Übungen/Funktionelle Verbände  
Praktische Übungen/Klassische Massage im Sport  
Praktische Übungen/Wettkampfvorbereitung  
Praktische Übungen/Wettkampf-Pausenbetreuung  
Praktische Übungen/Entmüdungsmaßnahmen  
Spezialmethoden  
Wiedereingliederung in den Sportbetrieb

insgesamt 206 Unterrichtseinheiten

1 Unterrichtseinheit = 45 Minuten

# Altbewährtes



D. Slavik (l.) mit dem marokkanischen Davis-Cup Team 1983

Prävention. VÖSM-Vorstand Dieter Slavik über seine jahrelange Erfahrungen mit den Rödler-Produkten.

**S**eit 1980 begleitet mich der Firmenname RÖDLER und dessen Produkte bei meinen Massageeinsätzen in der Sportbetreuung. Damals mussten die Fußballer des ASK Ternitz meine ersten therapeutischen Gehversuche aushalten. Manche behaupten heute noch, sie fürchteten mich mehr als den Gegner.

Im Laufe der Jahre folgten zahlreiche Einsätze in den unterschiedlichsten Sportarten. Darunter waren Großereignisse wie Weltmeisterschaften, Europameisterschaften und Olympische Spiele.

Egal wo ich war, überall hatte ich die Trauma-Salben (damals 301/302 forte) von Helmut Rödler im „Werkzeugkoffer“. Die Wirkung, aber auch die Bekanntheit und Akzeptanz dieser Produkte unter den Sportlern haben mich bald restlos überzeugt.

In den letzten Jahren sind zum Physiko Balsam W und Physiko Balsam K, wie die Salben heute heißen, auch noch die Echoran®-Produkte und das ehemalige „Reusch Trauma Fluid“ (Ortho Therapia Fit-Fluid) gekommen. Nur die JH Fußcreme verwende ich bei den Sportlern eher selten – die schmier ich mir lieber selbst. Trotzdem weiß ich aber, dass die Spitzensportler diese Fußcreme ebenso, weil besonders wohltuend, anwenden.

Zur Zeit betreue ich das Österreichische Judo Nationalteam und den Spitzen-Tennispieler Jürgen Melzer und behandle gerne mit altbewährten Produkten.

*Anm. d. Redaktion:*

*Dieter Slavik ist im Vorstand der VÖSM und hat bei der VÖSM die Weiterbildung zum Dipl. Sportmasseur und zum Sporttherapeuten absolviert.*

## Seminar

# Umgang mit Röntgenbildern bildgebender Verfahren (Röntgen, MRT, CT) für Nichtmediziner

mit Dr. Rainer Gumpert / Graz

**D**ie muskulo-skelettären Erkrankungen mit deren Auswirkungen sind mit einem großen Prozentsatz Hauptverursacher bei der Belastung im Gesundheitssystem. Aufgrund des zunehmenden Bewegungsmangels, vergesellschaftet mit der steigenden Inzidenz (Aufkommen) der Adipositas (Dick- bzw. Fettleibigkeit) einerseits und der zunehmenden Freizeitorientierung bei Trendsportarten mit hohem Verletzungspotential andererseits, ist der/die in der Gesundheitsbranche Tätige immer mehr mit akuten und chronischen Veränderungen des Bewegungsapparates konfrontiert. Die Diagnostik und somit das Behandlungsregime ergeben sich aus der Zusammenschau der klinischen Symptomatik und den pathomorphologischen Veränderungen, die in verschiedenen bildgebenden Verfahren zur Darstellung gebracht werden. Immer öfter ist auch der/die „Nicht-Mediziner/in“ mit Befunden aus der bildgebenden Diagnostik konfrontiert.

Dieses Seminar soll einen Überblick über die, in verschiedenen Verfahren, wie konventionelles Röntgen, MRI, CT und Sonographie, diagnostizierten pathomorphologischen Veränderungen verschaffen, eine Hilfe-

stellung bei der Interpretation von Befunden geben, und somit die Zusammenhänge der vorgeschlagenen bzw. eingeleiteten Therapie erklären.

In diesem Seminar werden die wichtigsten Verletzungen (Sportverletzungen) und chronische Überlastungsschäden, bezogen auf die einzelnen Körperabschnitte (Wirbelsäule, Kniegelenk, Schulter etc.), anhand von Röntgenbildern besprochen (eventuell, wenn vorhanden, bringen Sie Ihr Röntgenbild, MRT oder CT! mit).

Datum: Sonntag, 9. Mai 2004

Zeit: 9.30 – ca. 17.00 Uhr

Ort: Sportzentrum Skarics, Bahnstraße 36, 2483 Ebreichsdorf

Seminarkosten: für Mitglieder € 80,-, für Nichtmitglieder € 100,-

Referent: Dr. Rainer Gumpert/Graz

Anmeldung: ab sofort bei der VÖSM, Tel.- u. Fax Nr. 02236/86 58 75 oder E-Mail: [oegs-voesm@kabsi.at](mailto:oegs-voesm@kabsi.at)  
Anmeldung gilt nur mit Einzahlung der Seminargebühr auf das Konto der VÖSM bei der PSK, BLZ 60000, Kto.Nr. 92094141

## Fortbildungsseminar Ohr-Akupunkt-Massage

### Kursinhalte:

Entwicklung der OAM, energetische Wertigkeit am Ohr, Anatomie und Innervation des Ohres, Segmentlinie, energetisches Lösen von ISG-Blockaden, Topographie der Ohrreflexzonen, praktische Arbeit am Ohr über die Kreisläufe, Segmentlinien und Punkte. Weiters Beurteilung und Therapie der Punkte, Störfeldsuche, Zustimmungspunkte, erste Hilfe über das Ohr, Lösen von energetischen Blockaden, Operationsvorbereitung, Besprechung und Suche der 14 wichtigsten neurophysiologisch hervorragenden Punkte und Zonen.

Termin: 4. – 5. September 2004

Sa.: 9.00 – 18.00, So.: 9.00 – 17.00 Uhr

Stundenanzahl: 20 UE à 45 Minuten

Referent: Michael Urban/Wien

Kursort: Sportzentr. Skarics, Bahnstr. 36,  
2483 Ebreichsdorf, Tel. 02254/75141

Quartier: Unterbringung im Hause  
Skarics möglich. Bitte selbst anmelden!

Kurskosten:

Für Mitglieder € 230,- ansonsten € 250,-

Anmeldung: ab sofort bei der VÖSM,

Johann-Steinböck-Str. 5, 2344 Maria Enzersdorf-

Südstadt, Tel. 02236/26833/400 oder Fax

02236/26833/401, E-Mail: [oegs-voesm@kabsi.at](mailto:oegs-voesm@kabsi.at)

Anmeldung gilt erst nach Einzahlung des Kurs-

beitrages auf das Konto der VÖSM bei der PSK,

BLZ 60000, Kto.Nr. 92094141



## Fortbildungsseminar Energetische Gelenk- behandlung (EGB)

### Zielsetzung:

Behandlung der Wirbelsäule und aller Gelenke aus energetisch-funktioneller Sicht.

### Kursinhalte:

Behandlungsaufbau, -rhythmus und -grundsätze bei der Arbeit mit der EGB, energetische Kurz- bzw. Intensivversorgung der Gelenke, Übungen für die oberen und unteren Extremitäten, Wirbelsäulenbehandlung von der LWS bis zur HWS, Deblockadeübungen, Energieflussübungen, Hausaufgaben für die Patienten, jede Menge Tipps für die Praxis. Bei der Energetischen Gelenkbehandlung steht die Verbesserung der energetischen Versorgung der Gelenke im Vordergrund. Die Grifftechnik ist bei den Übungen so gewählt, dass die Finger des Therapeuten auf den entsprechenden Akupunkturpunkten zu liegen kommen, sodass das zu behandelnde Gelenk energetisch optimal versorgt wird.

Termin: 2. – 3. Oktober 2004

Referent, Kursort, Kosten und Anmeldung wie obiger OAM-Kurs.

## Fortbildungslehrgang Manipulativmassage

nach Dr. Terrier

Termin: 1. Kursteil: 26. – 29. August 2004

Inhalte: HWS, BWS, Schultergelenk, Schultergürtel,  
Ellbogengelenk, Handgelenk, Fingergelenk

Stundenanzahl: 35 UE à 45 Minuten

2. Kursteil: 21. – 24. November 2004

Inhalte: LWS, Hüft-, Knie-, Sprunggelenk, Mittelfuß  
Stundenanzahl: 35 UE à 45 Minuten

Referent: Dr. Mathias SCHMIDT

Staatlich gepr. Masseur u. med. Bademeister sowie seit 1998 Doktor der Humanmedizin. Als Mitglied der „Intern. Arbeitsgemeinschaft für Manipulativmassage e.V.“ (I.A.F.M.) ist er seit 1991 von Dr. Terrier autorisiert, als Instruktor Lehrgänge in dieser Methode abzuhalten.

Kursort: Sportzentrum Skarics, Bahnstraße 36,  
2483 Ebreichsdorf, Telefon 02254/75141

Quartier: Im Sportzentrum Skarics möglich. Zimmer mit Bad und WC, Nächtigung mit Frühstück. Reservierung bitte unter 02254/75141 selbst vornehmen!

Kursbeitrag: Der Fortbildungslehrgang kann nur im GESAMTEN gebucht werden!

Für Mitglieder € 600,-, für Nichtmitglieder € 690,-

Anmeldung: Ab sofort bei der VÖSM-ÖGS, Tel. u.

Fax 02236/865875, e-Mail: [oegs-voesm@kabsi.at](mailto:oegs-voesm@kabsi.at)

## CranioSacral Therapy®

### CranioSacral Therapy® I Einführungskurse

- \* Salzburg 15.06. – 20.06.2004
- \* Velden 28.09. – 03.10.2004
- \* Linz 09.11. – 14.11.2004
- \* Innsbruck 16.11. – 21.11.2004

### CranioSacral Therapy® II Fortgeschrittene

- \* Velden 30.03. – 04.04.2004
- \* Innsbruck 11.05. – 16.05.2004
- \* Linz 19.10. – 24.10.2004
- \* Salzburg 30.11. – 05.12.2004

### SomatoEmotionale Entspannung I

- \* Innsbruck 12.10. – 17.10.2004
- \* Wien 16.11. – 21.11.2004
- \* Linz 23.11. – 28.11.2004

### Viszerale Manipulation I

- \* Wien 27.04. – 02.05.2004



Mondscheingasse 8

8010 Graz

Tel. & Fax: 0316/76 09 61

[www.upledgerat](http://www.upledgerat)

## 2004 / 2005

Auf einen Blick: Alle wichtigen Termine und Kurse der VÖSM und der ÖGS

## VÖSM

- 23.-25.4.04 Sportmasseurausbildung 2003/2004  
– 7. Grundkurs
- 08.5.04 Seminar **Klassische Lebenshilfe –  
Gesund älter werden**  
– Angelin Breittfuss
- 09.5.04 **Umgang mit Röntgenbildern bildge-  
bender Verfahren (Röntgen, MRT, CT)  
für Nichtmediziner**  
– Dr. Rainer Gumpert
- 14.-16.05.04 Sportmasseurausbildung 2003/2004  
– 8. Grundkurs + Vienna City-Marathon
- 11.-13.06.04 Sportmasseurausbildung 2003/2004  
9. Grundkurs
- 02.-04.07.04 **DORN & BREUSS –  
Heilen über die Wirbelsäule**  
– Dr. Harro Danninger
- 26.-29.08.04 **Manipulativmassage nach Dr. Terrier**  
– Dr. Mathias Schmidt/Hamburg (Teil 1)
- 04.-05.09.04 **Ohr-Akupunkt-Massage (OAM)**  
– Michael Urban/Heinz Ressler
- 18.-19.09.04 Sportmasseurausbildung 2004/2005  
Neubeginn – 1. Teil
- 02.-03.10.04 **Energetische Gelenkbehandlung (EGB)**  
– Michael Urban/Heinz Ressler
- 08.-10.10.04 **DORN & BREUSS – Aufbaukurs zum 1. Teil  
Heilen über die Wirbelsäule**  
– Dr. Harro Danninger
- 15.-17.10.04 Sportmasseurausbildung 2004/2005  
– 2. Teil
- 21.-24.10.04 **Manipulativmassage nach Dr. Terrier**  
– Dr. Mathias Schmidt/Hamburg (Teil 2)
- 26.-28.11.04 Sportmasseurausbildung 2004/2005  
– 3. Teil
- 10.-12.12.04 Sportmasseurausbildung 2004/2005  
– 4. Teil

## ÖGS

- 01.-02.05.04 **GOLF-Seminar**  
– Prim. Dr. Andreas Kainz  
– Dr. Christian Haid  
– DPT Silvia Kollos
- .....
- Neustart der Sonderausbildung  
SPORTPHYSIOTHERAPIE  
für Dipl. Physiotherapeuten**
- 04.-05.09.04 Funktionelle Anatomie  
02.-03.10.04 Sporttraumatologie, Sportorthopädie  
30.-31.10.04 Biomechanik, Theorie und Praxis  
06.-07.11.04 Funktionelle Verbände, Tapen  
12.-14.11.04 Int. Kongress für Sportphysiotherapie  
Thema: „Schmerz und Körpersprache“  
15.-16.01.05 Trainingslehre, Leistungsdiagnostik  
19.-20.02.05 Lymphdrainage im Sport  
12.-13.03.05 Regeneration im Sport
- .....

**Neustart der Ausbildung  
SPORTTHERAPIE  
für Dipl. Sportmasseure**

04. – 05.09.2004, 02. – 03.10.2004, 30. – 31.10.2004,  
04. – 05.12.2004, 08. – 09.01.2005, 26. – 27.02.2005,  
12. – 13.03.2005, 23. – 24.04.2005, 28. – 29.05.2005  
**Prüfung: 26.06.2005**
- .....

## ÖGS/VÖSM

10. Internationaler Kongress für Sport-  
physiotherapie vom 12. – 14. November 2004  
Thema: SCHMERZ UND KÖRPERSPRACHE

## Aufschulungsmodul zum Heilmasseur

- 2003 – 2005 noch offene Termine: 3. – 4. April 2004 • 17. – 18. April 2004 • 1. – 2. Mai 2004 •  
20. – 23. Mai 2004 • 10. – 13. Juni 2004 • 19. – 20. Juni 2004 • Sommerpause •  
11. – 12. September 2004 • 25. – 26. September 2004 • 9. – 10. Oktober 2004 • 23. – 26. Oktober 2004 •  
6. – 7. November 2004 • 20. – 21. November 2004 • 4. – 5. Dezember 2004 • 18. – 19. Dezember 2004 •  
6. – 9. Jänner 2005 • Abschlussprüfung im Feber 2005 (Termin wird noch bekanntgegeben)

Beginn der neuen Aufschulung 2005 – 2007 geplant ab Jänner 2005.

Termine auf Anfrage. Mindestteilnehmerzahl 15 Personen!

Auskunft im Sekretariat der VÖSM – ÖGS · Tel. u. Fax 02236/865875 · e-Mail: oegs-voesm@kabsi.at

# PHYSIOGEL®

---

## H Y P O A L L E R G E N

Häufiges Duschen entzieht  
Ihrer Haut Feuchtigkeit –  
Physiogel gleicht dies aus  
und regeneriert die Haut  
so gezielt und langanhaltend!



Physiogel ist frei von:

- ▶ Paraffin
- ▶ Emulgatoren
- ▶ Silikon
- ▶ Konservierungsmittel
- ▶ Parfüm
- ▶ Farbstoffen

**NEU!**



Erhältlich exklusiv in Ihrer Apotheke!

Be prepared.



Tapen ist mehr als das einfache Anlegen eines starren Verbandes. Tapen ist eine ganzheitliche medizinische Versorgung zur Prophylaxe oder Therapie von Verletzungen. Deshalb bieten wir ein Sortiment von Produkten rund ums Tapen an. Damit jeder Tape-Verband hält, was wir versprechen. Leukotape. Das Taping-Sortiment von BSN medical.

**Just tape it**  
**Leukotape**