Verlags- und Versandpostamt 2345 Brunn a. Geb.

Der SportTheMa-Terminkalender 2019

sport physiotherapie

Dezember 2018
29. Jahrgang • Heft 4

Im Internet unter *www.sportthema.at*

Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten • Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie

Sportminister Heinz-Christian Strache (4.v.l.) mit den Teilnehmern der Diskussions-Runde

Wahre Visionen

Sport Strategie Austria: Startschuss für die Sportnation 4.0

Interview mit Marc Janko (Seite 11)

S.KIN – the active tape

Ein Produkt, das unter die Haut geht.
Wie eindruckvoll das Tape wirklich hilft.

OMNi BiOTiC®

DAS Probiotikum
zum Antibiotikum

10 hochaktive Bakterien-stämme für Ihren Darm

OMNi-BiOTiC® 10 AAD:
Zur diätetischen Behandlung von durch Antibiotika ausgelösten Durchfällen.

Institut AllergoSan
Institut AllergoSan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH

www.omni-biotic.com

Neuer Anlauf 4.0

Zwei Themen sind in dieser Ausgabe besonders hervor zu heben: Einmal die Sport Strategie Austria-Konferenz in Wien mit Sportminister Heinz-Christian Strache mit dem Arbeitstitel „Startschuss für die Sportnation 4.0“.

Hier geht es einmal mehr um die Zukunft der Sportnation Österreich, die seit Jahrzehnten für große sportliche Erfolge Garant ist. Was aber bisher oft nur Zufällen oder außerordentlicher Leistungen Einzelner zuzuscheiben ist, soll in Zukunft planmäßig angepeilt werden. Quasi der Marshallplan für Sport Österreich. Nicht kurzfristig für Olympia 2020 in Tokio, sondern die Olympischen Spiele 2024 sind das Ziel.

Wurden immer schon große Worte und Pläne geschmiedet, scheiterten sie oft schon an der Tatsache, dass die zuständigen Minister nicht lange genug im Amte waren, um ihre Ziele durchzusetzen. Unsere Generalsekretärin Eva Janko war zu der Sport Strategie Austria-Konferenz geladen und sprach mit Sportminister Strache über das Sieben-Punkte-Monster-Programm (Cover „Abschied vom Zufall“, ab Seite 4).

Die zweite Story handelt von einem Fußballer, der sich am langsam abzeichnenden Karriere-Ende erste Lorbeeren als Manager, Unternehmer, Ideen-Geber und „Versuchskanninchen“ verdient: Junior Marc Janko, 35, noch immer vorbildlicher Fußballer (FC Lugano) und mit Ambitionen, ins große Business zu wechseln.

Mit der Gründung der Firma „S.KIN – the active tape“ beweist der einstige Team-Kicker und künftige Unternehmer mit seinen drei Teilhabern nicht nur unternehmerisches Know How, sondern auch fachliche Kompetenz. Hat er doch am eigenen Leib Jahrezehnte lang erlebt, wie wichtig für Sportler die richtige Hilfe im medizinischen Bereich ist (Interview Marc Janko „Überzeugende Eindrücke“, ab Seite 7).

Dass in dieser Ausgabe Janko hoch^2 aufscheinen, mag Zufall sein, aber wenn man es so richtig bedenkt, dann eigentlich auch wieder nicht…

Ihr

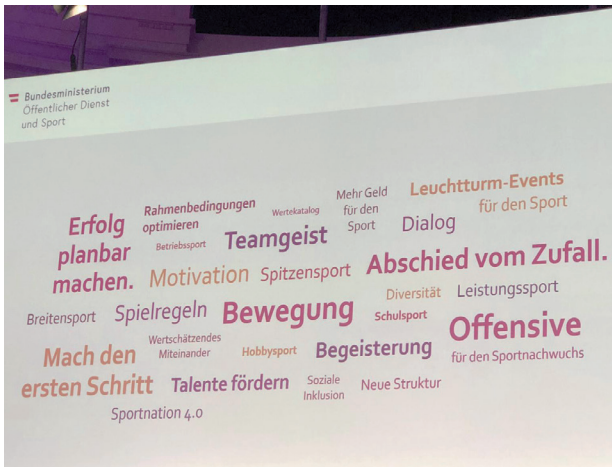
Oskar Brunnthaler

INHALT

3 EDITORIAL *Neuer Anlauf 4.0* **4 COVER** *Abschied vom Zufall – Sport Strategie Austria*
8 FORTBILDUNG *Bildgebung am Bewegungsapparat – Von Dr. Lukas Trimmel*
10 COVER *Spannend – Interview mit Marc Janko über „S:KIN – the active tape“*
14 FORTBILDUNG *Ausbildungskurs „Medizinisches Taping“ mit Dr. Ramin Ilbeygui*
18 FORTBILDUNG *Dehen, aber richtig – Physiotherapeut Markus Arefi* **22 TERMINE**

IMPRESSUM

Herausgeber: Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten (VÖSM) & Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS)-SportTheMa, Liese-Prokop-Platz 1, A-2344 Maria Enzersdorf, Telefon 02236/8 658 75, Mobil 0676/7006491, Fax 02236/26833 401, E-Mail: office@sportthema.at, www.sportthema.at
Redaktion: Oskar Brunnthaler, Eva Janko, Liese-Prokop-Platz 1, A-2344 Maria Enzersdorf-Südstadt, Tel. 02236/8 658 75
Wissenschaftlicher Beirat: Prim. Dr. Andreas Kainz, 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&ÖGS-SportTheMa-Präsident Dr. Joachim Westermeier
Grafik & Satz: Rudi Kopp, Tonwerkstr. 6 b, D-82205 Gilching, Tel.: 0049/(0)8105/775722, E-Mail: info@kopp-dtp-service.de
Druck: Ferdinand Berger & Söhne Ges.m.b.H., Wienerstraße 80 A-3580 Horn, Tel.: (02982) 4161-0, Fax: (02982) 4161-268, E-Mail: office@berger.at



DYNAMISCHER PROZESS Sportminister Heinz-Christian Strache bei der Eröffnug der ersten Sport Strategie Austria-Konferenz in Wien

Abschied vom Zufall

Sport Strategie Austria: Startschuss für die Sportnation 4.0.

Am 4. Dezember 2018 fand in Wien die Präsentation der Sport Strategie Austria statt und Sportminister Heinz-Christian Strache skizzierte den Weg, der den Erfolg für Österreichs Sportler/innen bringen soll.

Unsere Generalsekretärin Eva Janko wurde auch dazu eingeladen und war durchaus angetan, zumal sie seit 1968 und ihrem sportlichen Erfolg in Mexico zusammen mit sehr vielen erfolgreichen Spitzensportlern/innen zu jeder Enquete und Besprechung von nahezu jedem neuen „Sportminister“ oder „Sportstaatsseketär“ eingeladen wurde, wo viele neue Ideen und Anregungen vorgebracht und danach unendlich viele Projekte mit statistischen Erhebungen etc. ausgearbeitet wurden. Das Ergebnis blieb meistens dasselbe: Ankündigung – jedoch keine Umsetzungen! Oft lag es auch daran, dass einzelne Sportminister nur eine Periode im Amt waren und keine Möglichkeit bekamen, ihre Vorhaben fortzusetzen.

Eva Janko: „Was mir bei der Präsentation von Sportminister Strache dieses Mal zum Abschluss seiner Rede besonders gefallen hat: Folgende Aussage „Mein Anspruch ist, vom heutigen Tag an an die Umsetzung zu gehen. Wir haben die Mängel im Sport erkannt“ so der Minister. „In Zukunft gibt es keine Ausreden mehr für mich. Jetzt können wir, die politischen Verantwortungsträger an die Arbeit gehen. Wenn wir uns in ein paar Jahren hier wieder treffen, können wir dann beurteilen, ob wir die Ziele erreicht haben oder ob sie mich mit einem nassen Fetzen davonjagen“.“

Eva Janko weiter: „Bemerkenswert ist aus meiner Sicht dieses Mal die klare Kompetenzaufteilung, die Minister Strache in den Fokus gestellt und mit hochkarätigen Experten Arbeitsgruppen besetzt hat, wo der Sport in seiner ganzen Breite erfasst wird. Und ich bin dieses Mal guter Hoffnung, dass das alles umgesetzt und nicht mit einem Regierungswechsel wieder eingestellt wird.“

Sport Strategie Austria

Sportminister Strache präsentierte die Ergebnisse der Arbeitsgruppen und die ersten Maßnahmenpakete.

Die Sport Strategie für Österreich ist ein Prozess, kein fertiges Produkt. Die Maßnahmen und Projekte können zu einem nationalen Sportsystem führen, das Sport-Talente erkennt, fördert und betreut, den Breiten- und Leistungssportlern jene professionelle Infrastruktur und modernen Rahmenbedingungen zur Verfügung stellt, die sie brauchen, um erfolgreich Ziele zu erreichen. Ein Sportsystem, das Erfolg nicht länger dem Zufall überlassen will.

Sieben Arbeitsgruppen haben in 31 Sitzungen 2.560 Stunden ehrenamtlich ihr Knowhow und ihre Analysen eingebracht, 42 Menschen ehrenamtlich mitgearbeitet, davon 15 Frauen und 27 Männer. Die Sport Strategie Austria ist ein dynamischer Prozess. Den Empfehlungen der Arbeitsgruppen folgen konkrete Maßnahmen, die Schritt für Schritt umgesetzt werden, um die Ziele „Sport“ im Regierungsprogramm zu erreichen.

Die sieben Arbeitsgruppen: Leistungssport (Leiterin Mag. Karin Glatt), Breitensport (Leiter Mag. Christian Halbwachs), Rahmenbedingungen für den Sport (Leiter Mag. Rainer Rösslhuber), Sportinfrastruktur/Sportveranstaltungen (Leiter Dr. Alois Stadlober), Wissenschaft im Sport (Leiter Mag. Walter Hable), Bildungssystem Sport (Leiterin Mag. Katja Kosak), Sport und Gesellschaft (Leiterin Dr. Anna Kleissner).

Die Steuerungsgruppe schlug den Leiterinnen und Leitern der Arbeitsgruppe Experten vor, die Arbeitsgruppenleiter konnten dann eigene weitere Experten nennen. Ziel der Zusammensetzung war es, unterschiedliche Fachleute einzubinden und auf deren Erfahrung und Analyse aufzubauen.

Der nächste Schritt wird die Einrichtung von Arbeitsgruppen im Zusammenwirken mit den Ländern sein, um die Strategievorschläge in praktische, operative Vorgehensweisen zu gießen.

Dieser Prozess sollte bis zur nächsten Landessportreferentenkonferenz im Herbst 2019 abgeschlossen sein, sodass mit den Ländern bei diesem Treffen eine Vereinbarung zur gemeinsamen Umsetzung der Strategievorschläge samt Zeitplan getroffen werden kann.

Zitate von Vizekanzler und Sportminister Heinz-Christian Strache:

„Österreich sollte sich trauen, auf seine Spitzensportlerinnen und -sportler stolz zu sein, sie zu würdigen, die Leistungen anzuerkennen und den Nachwuchs dabei zu unterstützen, in einem professionellen, sauberen, fairen Umfeld in die Fußstapfen der großen Sport-Vorbilder zu treten“.

„Österreich ist bereit, sich zu einer modernen, erfolgreichen, stabilen, fairen Sportnation zu entwickeln und die Chancen, die die Digitalisierung dem Sport bietet, zu nützen. Wir müssen aber die Sportangebote für die Kinder und Jugendlichen attraktiv gestalten, nur so gelingt es, Alternativen zu Computerspielen aufzuzeigen. Der Sport bietet in der Realität Teamgeist, Herausforderungen, Spaß und Kommunikation.“

„Die Sportnation 4.0 erkennt die Probleme, vernetzt sich, um Herausforderungen zu meistern, findet Wege, Kinder und Jugendliche nicht nur digital für den Sport zu begeistern. Einem Land, dem es ernst ist mit dem Titel „Sportnation“, gelingt es, immer mehr Menschen für einen gesunden Lebensstil zu gewinnen.“

„Die Maßnahmen und Projekte der Sport Strategie können zu einem nationalen Sportsystem führen, das Sport-Talente erkennt, fördert und betreut, dem Breiten-und Leistungssportler jene professionelle Infrastruktur und modernen Rahmenbedingungen zur Verfügung stellt, die er braucht, um seine Ziele zu erreichen. Ein Sportsystem, das Erfolg nicht länger dem Zufall überlässt.

Abschied vom Zufall – Erfolg planen

Für die Olympischen Sommerspiele in Tokio 2020 kann nur noch optimiert und unterstützt werden. Die Maßnahmen, die nun eingeleitet werden, haben bereits Paris 2024 im Blick und setzen auf die Förderung jener Talente, die heute in den Nachwuchszentren am Start sind. Langfristige Konzepte für eine Sportlaufbahn mit Perspektive kommen in diesem Bereich zum Einsatz.

Jeder Nachwuchssportler wird ein Projekt

Eine eigene zentrale Service- und Betreuungseinheit für den Leistungs- und Spitzensport wird

2019 mit seinen Experten dem Nachwuchssportler zur Seite stehen. Diese neuen Koordinatoren werden eng mit den Nachwuchs-Kompetenzzentren, den Eltern, Vereinen, Verbänden zusammenarbeiten und objektiv dem Nachwuchssportler auf seinem Weg zum Spitzensportler persönlich zur Seite stehen.

Nachwuchs für den Breitensport – neue Chancen für Vereine

Im Breitensport ist das oberste Ziel, die Menschen in Österreich zu mehr Bewegung zu motivieren, sie zu begeistern, den ersten Schritt hin zu mehr Sport im Alltag zu machen. Die Initiative „Mach den ersten Schritt“ wird vom Sportministerium und dem Gesundheitsministerium gemeinsam umgesetzt.

Ernährung und Bewegung sind wichtige Säulen, wenn es darum geht, das Gesundheitsniveau in Österreich zu heben, den Stellenwert von Sport und Bewegung in der Gesellschaft zu erhöhen und die Verbindung von Bewegung und persönlichem Wohlbefinden sichtbar zu machen. Darauf wird diese Initiative bauen. Ein Bewegungskoordinator wird bundesweit diese Initiative abstimmen.

„Mach den ersten Schritt“ ist keine PR-Kampagne. Unter diesem Dach sollen sich möglichst viele staatliche und privatwirtschaftliche Institutionen mit ihren laufenden Initiativen beteiligen. In mehreren Etappen werden Fachleute und prominente Testimonials zielgruppenorientiert zu mehr Bewegung motivieren und alltagstaugliche Ernährungsempfehlungen aufzeigen. Ziel ist es, bis zum Ende der Gesetzgebungsperiode die Dachverbände soweit einzubinden, dass ein möglichst flächendeckendes und breites Bewegungsangebot allen Menschen zur Verfügung steht.

Bewegung in Kindergarten und Schule

Kinder brauchen Bewegung. Seit Jahrzehnten arbeiten unterschiedliche Initiativen und Projekte parallel mit mehr oder weniger Erfolg daran, die tägliche Sport- und Bewegungseinheit in den Schulen zu verankern und daran, Kinder überhaupt mehr zu bewegen.

Dieses Ziel kann das Sportministerium alleine im Kindergarten und in der Volksschule realisieren. Die beiden Initiativen „Kinder gesund bewegen“ und „Tägliche Sport- und Bewegungseinheit“ werden mit dem Focus auf die Primarstufe nach dem Prinzip „Best of both Worlds“ zusammengeführt und optimiert. 2019 ist noch ein Übergangsjahr, es werden beide Initiativen parallel laufen. Mit Beginn der neuen Förderperiode 2020 wird dann ein optimiertes Gesamtprojekt den Sport-Dachverbänden und ihren Vereinen zur Verfügung stehen. Es ist dies ein Schritt in die Richtung, das „System Sport“ als Dienstleister in Schulen zu verankern. Für die höheren Schulstufen braucht es eine Lösung, die das Sportministerium nicht alleine finanzieren kann, daher haben die Gespräche mit dem Bildungsministerium bereits begonnen.

Rahmenbedingungen für den Sport optimieren

Die Optimierung der Rahmenbedingungen für den Sport, ob in der Frage des Berufsbildes, des gesellschaftlichen Stellenwerts, der sozialen Inklusion oder der gelebten Diversität, wird in unterschiedlichen Fachkonferenzen auch 2019 besprochen und Maßnahmen Schritt für Schritt entwickelt. Es sind dies komplexe Aufgaben, die das Sportressort nicht alleine umsetzen kann. Es werden sich die Erfolge nicht in der Geschwindigkeit einstellen, wie es dringend notwendig wäre, doch der Sportminister wird nicht locker lassen, auch hier Lösungen voranzutreiben.

Ein Wertekatalog für faire Spielregeln und ein wertschätzendes Miteinander

Gender Equality, die Thematik sauberer Sport und soziale Inklusion brauchen im Sport klare Spielregeln. Der nächste Schritt, Standards für Wertschätzung, Integrität, Fairness, soziale Inklusion und Gender Equality zu definieren und die Ergebnisse in einen Wertekatalog für den Sport zu implementieren, ist schon eingeleitet. Erste Maßnahmen und Projekte sind bereits definiert.

Machtmissbrauch und sexuelle Gewalt im Sport

Machtmissbrauch und sexuelle Gewalt sind ein Problem der Gesellschaft. Wie der Familien-, Gesundheits- und Bildungssektor davor ist nun auch der Sport noch wachsamer und wird diesen Menschen den Zugang zu unseren Schutzbefohlenen noch mehr erschweren. Ziel ist es jedoch, ausreichend präventive Maßnahmen zu schaffen, damit es gelingt, diese Menschen gänzlich vom Sport auszuschließen.

Leuchtturm-Events für den Sport

Großsportveranstaltungen im eigenen Land sind für Österreich wichtig. Den Impuls für die Wirtschaft sollte Österreich nicht ungenützt lassen. Dem Sport ist es wichtig, Großsportveranstaltungen als Motor für die Begeisterung für den Sport im eigenen Land umfassend zu nützen.

Der Sportminister wird mit Experten diskutieren, welche Events als „Leuchtturm-Events“ definiert werden, dies fließt auch in aktuellen Fachgespräche rund um die FERG-Liste für die Free-TV Berichterstattung ein.

ZUM NEUEN JAHR

Mit Amtsantritt habe ich den Sport zur „Chefsache“ erklärt und dieses Ressort in das Vizekanzleramt geholt. Ich habe die völlig neuartige „Sportstrategie“ ins Leben gerufen, an deren Umsetzung nicht zuletzt durch die Neu-Strukturierung und Aufwertung der Sportsektion im BMÖDS bereits intensiv gearbeitet wird. Darüber hinaus wurden bereits mehrere Projekte zum Sport für alle Österreicherinnen und Österreicher (z. B.: Mach den ersten Schritt) sowie neue Konzepte nicht nur in der Spitzensport-Förderung sondern auch in Breitensport, Schulsport und Sportwissenschaft ins Leben gerufen, die Qualität und Quantität des Sports in Österreich in den nächsten Jahren verbessern werden.

Die umfassende Begleitung der sportlich aktiven Menschen auf hohem fachlichen Niveau bei gleichzeitig optimierter „Flächendeckung“ ist ein gleichermaßen wichtiges, wie nachhaltiges Vorhaben, das jedoch mein Ressort nicht alleine umsetzen wird können. Es braucht Konzepte für eine gleichermaßen flächendeckende wie auch qualitativ hochwertige Betreuung im Sport selbst wie auch in der individuellen medizinischen und therapeutischen Begleitung sowie eine Zusammenarbeit aller beteiligten Systeme und Institutionen. Die Wichtigkeit der Ausbildungs-Qualität bei der Prävention, Rekreation und Rehabilitation ist unbestritten. Auch hier wird ein Schwergewicht in der optimierten Zusammenarbeit aller beteiligten Ebenen und Strukturen liegen und dafür wird die konstruktive, proaktive Mitarbeit aller involvierten Fachkompetenzen ausschlaggebend sein. Und das vergangene Jahr hat sicher deutlich gezeigt, dass hier „Aufwind“ herrscht und unterschiedlichste Protagonisten bereit sind, auch diese Strukturen nach vorne zu bringen.

2019 werden mein Team in der Sportsektion und ich weiter daran arbeiten, das die ressortübergreifende Zusammenarbeit intensiviert wird, damit die Qualität der Prävention, Rekreation und Rehabilitation in naher Zukunft flächendeckend gewährleistet ist.

Und jetzt wünsche ich den Lesern und Leserinnen an dieser Stelle noch ein sportliches und friedvolles Miteinander im kommenden Jahr.

Ihr Heinz-Christian Strache
Sportminister

Fluch oder Segen?

Bildgebung am Bewegungsapparat. Von Dr. Lukas Trimmel.

Nachdem die Bildgebung in der Medizin – vom Röntgen bis zur hochauflösenden Magnetresonanztomographie – in den letzten Jahrzehnten zunehmende, fast religiöse Bedeutung erlangt hat, stellt sich natürlich die Frage, inwieweit sie für den Patienten tatsächlich von Nutzen ist.

Werden durch die Möglichkeiten der modernen Darstellung mehr Patienten gesund? Helfen uns Bilder bei der Entscheidung, die richtige therapeutische Maßnahme zu setzen? Oder stiften sie oftmals mehr Verwirrung und verunsichern den Paienten?

Im Bereich des Bewegungsapparates hat es in den letzten Jahren zunehmend Untersuchungen und Studien gegeben, die sich mit dieser Frage beschäftigen. Außerdem machen wir in unserer täglichen Praxis genug Erfahrungen, um dieses Thema kritisch hinterfragen zu können.

Die entscheidenden Fragen, die in diesem Zusammenhang immer wieder auftauchen:

Kann man das, was dem Patienten weh tut oder seine Funktion einschränkt, tatsächlich in der Bildgebung darstellen?

Warum sehen wir Patienten mit identen Befunden in der Bildgebung, die aber klinisch ganz unterschiedliche Untersuchungsergebnisse zeigen, unterschiedliche Beschwerden haben und unterschiedliche Schmerzen und Funktionseinschränkungen zeigen?

Wie kann es sein, dass der MRT-Befund einer Nachuntersuchung unverändert die gleiche Pathologie zeigt, der Patient aber längst schmerzfrei ist?

Warum haben beschwerdefreie Patienten pathologische Röntgenbefunde?

Diesen und vielen anderen Fragen begegnen wir tagtäglich in der Arbeit mit unseren Patienten. Kann es sein, dass die Bildgebung maßlos überschätzt wird und wir uns vielleicht viel zu viel auf deren Befunde verlassen und zwischenzeitlich verlernt haben, unsere Patienten anderwärtig zu untersuchen, um zu einer vernünftigen Diagnose und einer passenden Therapie zu kommen? Liegt es vielleicht sogar daran, dass wir glauben, in der Medizin viel mehr zu wissen als wir tatsächlich tun? (Das ist aus meiner Sicht jedenfalls der Fall, die Diskussion darüber würde aber Bücher füllen…)

Deshalb möchte ich mich auf einige konkretere Aspekte in der Bildgebung am Bewegungsapparat beschränken.

Um z. B. so manche MRT-Diagnose ins rechte Licht zu rücken, muss man zunächst viele Bilder von gesunden Menschen, die noch nie Beschwerden hatten, anfertigen, um nachzuweisen, dass bei diesen all die Pathologien nicht vorliegen, die man sonst für Probleme verantwortlich macht. Dies ist in den letzten Jahren zunehmend geschehen und hat überraschende Ergebnisse gezeigt:

So haben z. B. **87,6%** der gesunden 20- bis 70-Jährigen Bandscheibenprotrusionen im Bereich der Halswirbelsäule (bei 1.211 untersuchten Personen).

68% der 51- bis 89-jährigen Personen ohne Kniescherzen haben laut Bildgebung einen Knorpelschaden und sogar **72%** nachgewiesene Osteophyten als Zeichen einer deutlichen Arthrose.

78% der Menschen über 40 ohne Schulterbeschwerden haben eine Bursaverdickung, **65%** eine AC-Gelenksarthrose und immerhin **39%** eine Tendopathie der Rotatorenmanschette.

Auch die in den letzten Jahren so modern gewordenen SLAP-Läsionen in der Schulter finden sich in der Bildgebung bei **72%** der Probanden, die noch nie ein Trauma oder ein anderes Schulterproblem hatten. Bei der ebenfalls immer häufiger diagnostizierten Labrumläsion der Hüfte sieht es mit **69%** nicht viel anders aus.

Imaging Finding	Age (yr) 20	30	40	50	60	70	80
Disk degeneration	37%	52%	68%	80%	88%	93%	96%
Disk signal loss	17%	33%	54%	73%	86%	94%	97%
Disk height loss	24%	34%	45%	56%	67%	76%	84%
Disk bulge	30%	40%	50%	60%	69%	77%	84%
Disk protrusion	29%	31%	33%	36%	38%	40%	43%
Annular fissure	19%	20%	22%	23%	25%	27%	29%
Facet degeneration	4%	9%	18%	32%	50%	69%	83%
Spondylolisthesis	3%	5%	8%	14%	23%	35%	50%

Systematic Literature Review of Imaging Features of Spinal Degeneration in Asymptomatic Populations

W. Brinjikji, P.H. Luetmer, B. Comstock, B.W. Bresnahan, L.E. Chen, R.A. Deyo, S. Halabi, J.A. Turner, A.L. Avins, K. James, J.T. Wald, D.F. Kallmes, and J.G. Jarvik

Ganz erstaunlich ist auch, dass sich vermeintlich pathologische Befunde auch schon bei jungen Erwachsenen zeigen. So haben immerhin **37%** der 20-Jährigen eine Bandscheibendegeneration und **29%** eine Protrusion im Bereich der Lendenwirbelsäule.

Und wenn wir ehrlich sind, bestätigen diese Untersuchungen ja nur die Dinge, die wir täglich in unserer Praxis beobachten.

Das heißt, dass wir ernsthaft hinterfragen müssen, ob uns die Bildgebung tatsächlich weiterhilft, die passende Therapie für den Patienten zu finden. Oder ob vielleicht sogar der ein oder andere Patient oder möglicherweise sogar sehr viele Patienten aufgrund der Bildgebung Maßnahmen ausgesetzt werden, die weit über das Ziel hinausschießen.

Ich denke da in erster Linie an Operationen, für die die Indikation hauptsächlich aufgrund der Bildgebung gestellt wurde. Operieren wir da vielleicht eher Bilder als Menschen? Würden wir auch all die beschwerdefreien Menschen mit den gleichen MRT-Bildern operieren? Könnte darin auch ein Grund für die mäßig guten Outcomes von vielen Operationen liegen?

Es hat sich nämlich in den letzten Jahren gezeigt, dass viele Operationen keinen Vorteil (oder sogar Nachteil!) gegenüber einer anderen konservativen Behandlung zeigen. Als Beispiel seien hier die klassische Meniskusoperation ohne Einklemmsymptomatik am Knie, die SAD (subacromiale Dekompressionsoperation) an der Schulter oder die Versteifungsoperationen an der Wirbelsäule erwähnt.

Ein anderer nicht zu unterschätzender Aspekt ist die Verunsicherung, die bildgebende Verfahren und die damit verbundenen pathologischen (wann ist ein MRT schon mal komplett unauffällig?) Befunde bei unseren Patienten auslösen. Es entsteht bei ihnen oftmals der Eindruck, nicht der „Norm“ zu entsprechen und ein Leben lang mit einer Pathologie, die man kaum mehr los werden kann, herumlaufen zu müssen. Damit einhergehend ist auch eine negative Erwartungshaltung, nicht mehr gesund werden zu können, „weil man ja am Bild diese oder jene Veränderung sehen kann“.

Aussagen wie „Naja, mein Knie kann ja gar nicht mehr gut funktionieren, weil ich einen Knorpelschaden habe“ oder „Ich muss immer aufpassen, kann keinen Sport mehr machen, weil ich ja einen Bandscheibenvorfall habe“, kennen wir zur Genüge aus der Praxis.

Manche Studienautoren gehen sogar so weit, dezitiert von der Bildgebung abzuraten, um diese negativen Effekte hintanzuhalten.

Eine dieser Studien an 283 Patienten mit Nervenwurzelirritationen durch einen Bandscheibenvorfall mit klassischer klinischer Symptomatik eines Nervenschmerzes und Irritationen im dazugehörigen Dermatoms kamen zudem zu einem anderen überraschenden Ergebnis. Es zeigte sich eindeutig und zwar signifikant, dass, je größer der Bandscheibenvorfall war, desto schneller waren die Patienten wieder schmerzfrei und fit. Am besten schnitten die Patienten mit einem Sequester ab.

Das alles zeigt eindeutig, dass wir uns bei dieser Thematik bezüglich Prognose oder der Entscheidung, ob man einem Patienten eine OP empfiehlt, gar nicht auf die Bildgebung verlassen können. Die ausführliche Anamnese und klinische Untersuchung bietet hier viel verlässlichere Ergebnisse.

Zusammenfassung

Was also tun? Wie sollen wir in der Praxis vorgehen?

Zunächst empfehle ich einen sehr kritischen Umgang mit der Verwendung von bildgebenden Verfahren. Sie darf aus meiner Sicht niemals überschätzt werden und muss ganz im Gegenteil sehr behutsam eingesetzt werden, um den Patienten nicht zu schaden.

Das heißt, dass die entscheidende Diagnostik in der Anamnese und der ausführlichen klinischen Untersuchung stattfinden muss und nur im Zweifelsfall (z. B. zum Ausschluss einer bösartigen Erkrankung wie ein Tumor), wenn sich eine eindeutige therapeutische Konsequenz daraus ergibt, auf die Bildgebung zurückgegriffen werden sollte.

Die moderne Bildgebung ist in manchen spezifischen Bereichen sicherlich ein Segen für die Medizin.

Allerdings wird sie in einem Übermaß und vollkommen unkritisch im klinischen Alltag eingesetzt. Das führt viel häufiger als wir glauben zu falschen Therapieentscheidungen mit tatsächlichem Schaden und zu einer Verunsicherung und negativen Beeinflussung unserer Patienten.

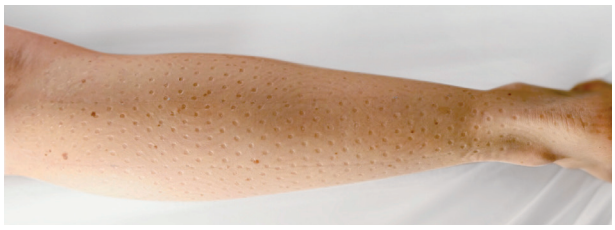
DR. LUKAS TRIMMEL
FA für Physikalische Medizin und Rehabilitation
Osteopath, FDM-Instruktor
www.lukas-trimmel.at

Spannend

„Nichts ist so mächtig wie eine Idee, deren Zeit gekommen ist!“
(Victor Hugo)

Die Unternehmensgründer von „S:KIN-the active tape” haben es geschafft, dem vermeintlich alten, seit Jahren unveränderten kinesiologischen Tape den Staub aus den Baumwollfasern zu klopfen und damit sogar die Brücke zu den derzeitig allgegenwertigen Faszien zu schlagen. In einem relativ innovationsarmen Markt geht die Firma aus Österreich neue Wege und hat das weltweit erste kinesiologische Faszien-Tape mit Noppen für noch mehr Tiefenwirkung entwickelt. Marc Janko, Dirk Wüst, Roland Marouschek und Harald Piendl wollen nun mit ihrem patentierten Tape die Branche beleben.

Wie alles begann: Kinesiologie-Tapes erfreuen sich weltweit nach wie vor großer Beliebtheit. Unzählige Menschen schwören auf die „therapy to go“. Die Nachfrage nach dem ursprünglich aus Fernost kommenden Produkt scheint ungebrochen groß. Obwohl fehlende wissenschaftlich anerkannte Studien die Wirkung nie wirklich nachweisen konnten, gehören sie mittlerweile zur Grundausstattung eines jeden Therapeuten. „Die Menschen spüren einfach, dass kinesiologische Tapes ihrem Körper gut tun, ihm helfen und unterstützen, schneller und vollständiger zu heilen“, meint Osteopath und Chef-Physiotherapeut des FC Basel, Dirk Wüst. Seit mehr als zehn Jahren betreut der gebürtige Deutsche die erste Mannschaft des Schweizer Serienmeisters und Vorzeigeklubs. Internationale Top Stars wie Mohamed Salah oder Xerdan Shaquiri schwören noch heute auf seine Fähigkeiten.



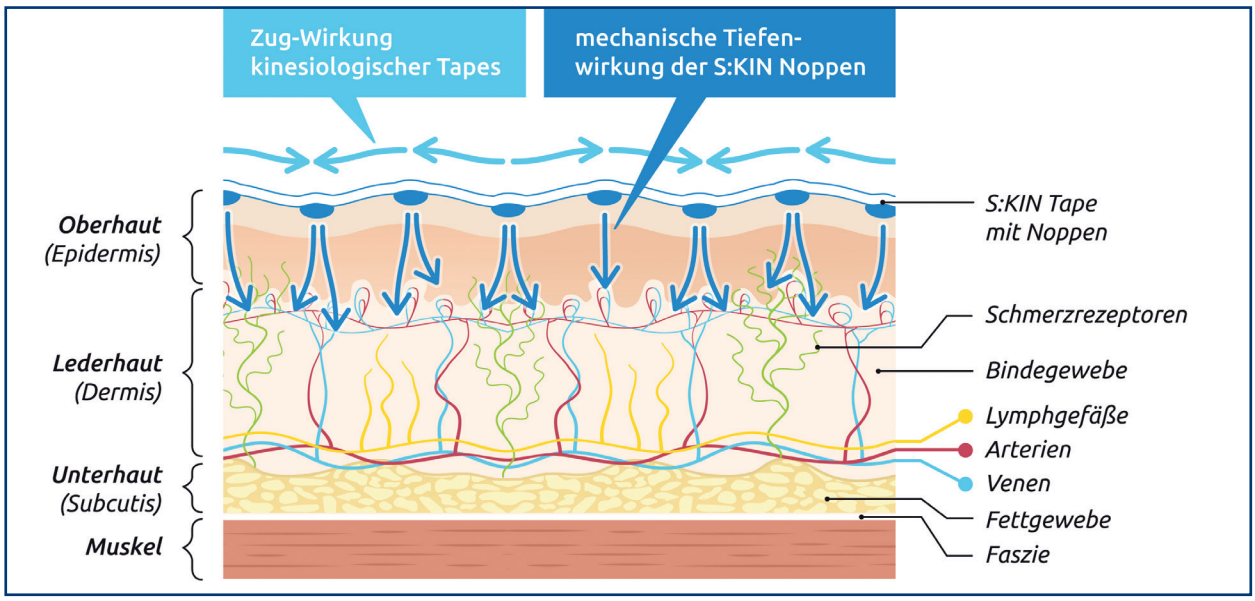
ÜBERZEUGENDER EINDRUCK Die Abdrücke in der Haut nach dem Entfernen zeigen punktgenau die Tiefenwirkung von „S:KIN“

In dieser Funktion sah sich Wüst des Öfteren mit dem Wunsch der Trainer konfrontiert, Spieler nach Verletzungen schneller einsatzfähig bei der Mannschaft haben zu wollen. „Ich war schon immer ein Fan von kinesiologischen Tapes, sah jedoch schon früh den grundsätzlichen Bedarf nach mehr Tiefenwirkung.“ Seiner Zeit voraus und wohl wissend um die große Bedeutung der nötigen Tiefenwirkung, suchte Wüst nach Wegen und Möglichkeiten, beim Tapen mehr „Mechanik“ auf das Unterhautgewebe auszuüben.

Anfangs platzierte er Reis und Pfefferkörner, später Salzkristalle und Styroporkugeln unter die Tapes seiner Fußballer. Die Rückmeldungen und Heilungsabläufe waren beeindruckend. Die Idee für „S:KIN-the active tape“ war geboren. Der aktuelle Faszien-Hype, und die daraus gewonnenen Erkenntnisse, kommen übrigens wie bestellt für die Gründer des österreichischen Start-Ups. „Dank der prominenten Noppen unseres Tapes werden neben Schmerzrezeptoren nämlich vor allem auch die Faszien stimuliert“, so der Geschäftsführer von S:KIN, der langjährige österreichische Wirtschafts-Manager und Trainer im Spitzensport, Roland Marouschek.

Faszien sind das Bindegewebe, das die Muskeln und Organe im Körper umhüllt. In den letzten Jahren veröffentliche anerkannte Studien kommen zu der Erkenntnis, dass alle Faszien im Körper zusammenhängen und darüber hinaus auch noch eine wichtige und aktive Rolle erfüllen. Sie bilden ein feinmaschiges Geflecht, das alle Muskeln, Knochen, Organe usw. umhüllt und durchdringt. Faszien enthalten sehr viel mehr Bewegungssensoren und Schmerzrezeptoren, als sich in den Muskeln und den Gelenken finden lassen. Alleine auf der äußersten Hautschicht (der Superfasziale), befinden sich 85 Prozent der Schmerzsensoren des menschlichen Körpers. Das macht das Bindegewebe zum größten Sinnesorgan des Menschen. Es ist eng mit dem vegetativen Nervensystem verbunden und sendet unablässig Signale ans Gehirn.

Es scheint somit, als könnte das Timing für den Markteintritt des „S:KIN-Tapes“ nicht besser sein. Der jährlich weltweite mit kinesiologischen Tapes erzielte Umsatz beträgt über 250 Millionen Euro. „Der Markt hat noch viel mehr Potenzial“, sagt Marc Janko, Firmenmitgründer, langjähriger Fußball-Nationalspieler und Weltenbummler in Sachen Spitzensport.



„S:KIN – the active tape“: Wirkungsweise, die unter die Haut geht

„Wenn ich im Fußball etwas wirklich gut konnte, dann war das der Instinkt, oft zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu stehen“, so Janko.

Es scheint, als gelänge ihm das auch abseits des Platzes. Denn als er 2015 zum FC Basel wechselte, wurde dem Thema Faszien immer mehr Beachtung und Bedeutung zugeschrieben als bisher bekannt.

Janko stand einmal mehr goldrichtig, erkannte Potenzial und Chancen des Patents und holte neben Roland Marouschek den Deutschen Harald Piendl, Ex-Marketingmanager bei Red Bull und in seiner Jugend erfolgreicher Leichtathlet, mit an Bord. Das neuartige Tape mit dem speziellen Touch könnte wahrlich eine neue Erfolgsgeschichte starten.

„Wir haben zwar nicht das Rad neu erfunden, aber mit Sicherheit die Laufeigenschaften und besonders den Nutzen für den Fahrer deutlich verbessert“, schmunzelt der stolze Erfinder Dirk Wüst.

Eine bemerkenswerte Gründergeschichte, man darf gespannt sein, wie es weiter geht…

S:KIN – the active tape

Marc Janko & Co mit einem Produkt, das unter die Haut geht!

Marc Janko, ein aktiver Profisportler als Firmengründer? Wie kam es dazu, dass sie Teil von „Skin – the active tape“ wurden?

Die Idee entstand 2015, als ich zum FC Basel wechselte. In der medizinischen Abteilung des Vereins arbeitete der Erfinder des Produkts *(Anm.: Dirk Wüst)* als Physiotherapeut und Osteopath. Wir fanden von Anfang an einen guten Draht zueinander und so kam es, dass Dirk nicht nur der Physio meines Vertrauens wurde, sondern mir auch nach einiger Zeit von seiner Erfindung erzählte.

Wie darf man sich diese Erfindung vorstellen?

Dirk hat eine Art kinesiologisches Tape mit Noppen entwickelt und patentiert, ein Faszientape.

Was bewirken die Noppen?

Wird das „S:KIN-Tape“ fachgerecht appliziert, stimulieren die Noppen in Bewegung den Blutkreislauf und das Lymphsystem, lindern Schmerzen, regulieren den Muskeltonus bei Verspannungen und lösen Verklebungen der hautnahen Faszien. Es ist ähnlich wie bisher bekannte kinesiologische Tapes. Der Unterschied liegt in der Tiefenwirkung. Auch bei den Anlage- und Klebetechniken muss man sich nicht umstellen – die sind die gleichen wie bei klassischen kinesiologischen Tapes.

Gibt es solches Noppen-Tapes nicht bereits?

Nein, wir sind damit die ersten und werden aufgrund des erteilten Patentes für einen längeren Zeitraum auch die einzigen bleiben.

Wie kam es zu der Idee?

Dirk war einerseits begeisterter Anwender von kinesiologischen Tapes, andererseits erkannte er in der Praxis, dass man daran noch viel verbessern kann, vor allem um

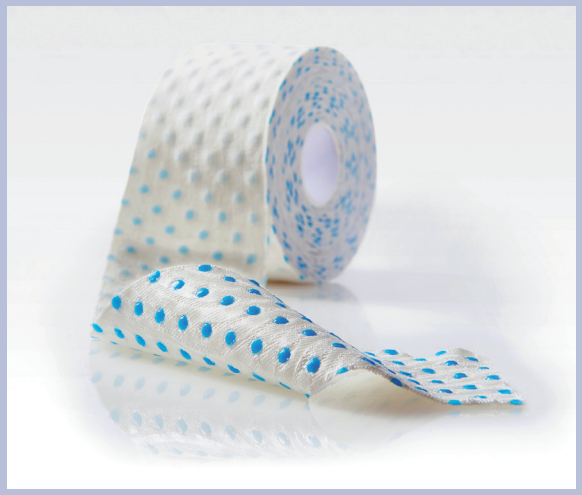
mehr Tiefenwirkung zu erreichen. Er suchte nach Wegen, mehr mechanische Reize auf das Unterhautgewebe auszuüben, um die Heilungsprozesse des Organismus aktiver unterstützen zu können. Speziell bei Überbelastungen und Verletzungen. Anfangs hatte Dirk sogar mit Reiskörnern, Pfeffer und Salzkristallen u. a. experimentiert, später ließ er sich seine Idee dann patentieren.

Warum habt Ihr Euch dann geschäftlich zusammengetan?

Weil wir alle von der Idee begeistert waren, aber als mir Dirk zum ersten Mal von dem Noppen-Tape erzählte, steckte alles noch in den Kinderschuhen: die Noppen waren viel zu klein, es war noch kein professioneller Hersteller gefunden, etc.

Dirk hatte neben seinem Fulltime-Job beim FC Basel und seiner eigenen Physio-Praxis auch zu wenig Zeit, um das Produkt weiter zu verbessern. Ich habe dann meinen Schwager Roland Marouschek um Unterstützung gebeten. Roland hat viel Business-Erfahrung aus verschiedenen Führungspositionen. Und nebenbei ist er auch ein passionierter Sportler und Trainer im Spitzensport.

Allrounder Marc Janko: Firmenmitbegründer und „Chef-Tester" der „S:KIN – the active tape"



Wie ging es dann weiter ?

Wir haben unser Team noch mit Harald Pindl, einem erfahrenen Marketing-experten, erweitert und komplementiert. In weiterer Folge haben wir dann einen besseren Hersteller gesucht und gefunden, das Produkt mit vielen Muster-Produktionen und Tests über Monate weiterentwickelt, die Verpackung geändert, Namen und Slogan erfunden, Homepage gestaltet, Firma gegründet usw. Das nun vorliegende „S:KIN – the active tape" verfügt über ein engmaschiges Gitter ausreichend großer Noppen und entspricht erst jetzt unseren Qualitäts-Vorstellungen.

Klingt spannend! Welche Rolle haben Sie bei der Entwicklung des Produkts gespielt und inwieweit konnten Sie Einfluss nehmen?

Es war mir stets sehr wichtig und auch Bedingung, dass ich aktiver Teil der Produktentwicklung bin. Ich habe ja während 14 Jahren Profisport reichlich Erfahrung mit Verletzungen sammeln können *(schmunzelt)* – somit konnte ich da viel persönlichen Input geben. Bei den verschiedenen Entwicklungsstufen des Produktes war ich sozusagen „Chef-Tester"! Dass das Produkt trotz der stark vergrößerten Noppen immer noch sehr gut klebt – auch unter Wettkampfbedingungen – war mir naturgemäß ein großes Anliegen, aber auch eine echte Challenge. Allein diese große Anforderung hat uns sieben zusätzliche Monate in der Produktentwicklung gekostet.

Wie sind die ersten Feedbacks?

Sehr gut! Jeder, der bisher S:KIN ausprobiert hat, ist begeistert! Viele sind im wahrsten Sinne des Wortes „beeindruckt" von S:KIN. Einerseits von der Wirkung selbst, andererseits vom gut sichtbaren „Eindruck", den S:KIN *(kurzfristig)* auf der Haut hinterlässt. Denn viele wissen, dass die Haut ein sehr sensibles, häufig unterschätztes Organ ist. Und daher leuchtet es vielen auch ohne großes Fachwissen ein, dass so ein „Eindruck" auch etwas bewirken muss.

Wie geht es nun weiter mit S:KIN? Sie sind ja noch beim FC Lugano aktiv und auch im Kreise des Nationalteams hat man Sie kürzlich wieder gesichtet.

Roland leitet mit einem kleinen Team die Geschäfte von Wien aus, Harry sitzt in Hamburg, Dirk in Basel, ich in Lugano. Wir sind also von Anfang an sehr international aufgestellt. Wir tauschen uns sehr häufig aus und arbeiten gemeinsam am Aufbau des jungen Unternehmens und unserer Kundenbeziehungen.

„S:KIN" kann über unseren Webshop *(www.skin-tape.com)* online bestellt werden. Wir wenden uns hauptsächlich an Ärzte und Therapeuten und fokussieren uns zu Beginn auf den Sport in allen Ebenen. „S:KIN" kostet nicht mehr als andere Qualitäts-Tapes, hat aber eindeutig mehr Wirkung!

Und wann sehen wir Sie in Anzug und Krawatte auf dem Weg zu Business Meetings?

(Marc Janko lacht): Also, wir verkaufen ja keine Versicherungen oder Finanzprodukte. Ich bin jetzt 35, meine Karriere neigt sich langsam dem Ende zu. Danach will ich bei S:KIN voll mitmischen, denn das ist ein Produkt, mit dem ich mich 100%ig identifizieren kann. Und zwischen dem guten alten Ballonseide-Trainingsanzug und Anzug & Krawatte gibt es ja noch ein paar Kleiderordnungen dazwischen. Ich bin mir sicher, dass ich da was Passendes finde!

Anzeige

Bestens gerüstet

Bauerfeind Österreich stattet Wintersportler des ÖSV aus.

Zum Saisonstart im Oktober 2018 erhielten Athletinnen und Athleten des Österreichischen Skiverbandes (ÖSV) Produkte von Bauerfeind. Bauerfeind Österreich ist bereits seit 2010 offizieller Partner des ÖSV und versorgt die Wintersportler im Bedarfsfall sowie zur Prävention mit Bandagen, Orthesen, medizinischen Kompressionsstrümpfen und orthopädischen Einlagen. Durch diese Partnerschaft entstand auch 2016 die Zusammenarbeit mit der Skicross-Weltmeisterin Andrea Limbacher.

Im Flughafen Salzburg erhielten die Wintersportler am Bauerfeind-Messestand unter anderem die Sports Compression Socks Run & Walk zur Stärkung der Vitalität der Beine und Beschleunigung der Regeneration nach Training und Wettkampf. Bei vorliegenden medizinischen Indikationen erfolgte in Absprache mit Physiotherapeuten eine Versorgung mit Bandagen und Orthesen. Die ÖSV-Athletinnen und -Athleten freuten sich über die Produkte für die laufende Saison.

Expertise von Bauerfeind in der Sportlerversorgung

Von 2002 an war Bauerfeind stets für die Athleten bei den Olympischen Sommer- und Winterspielen mit einem Serviceteam vor Ort – seit den Spielen 2010 in Vancouver sogar für die Sportler aller teilnehmenden Nationen. Die Erkenntnisse aus der Sportlerversorgung fließen permanent in die Entwicklung und Optimierung von Produkten ein.

Von diesen vielseitigen Erfahrungen in der Sportlerversorgung profitieren auch die Wintersportler des ÖSV – und das in den verschiedensten Sportarten: u. a. im Ski Alpin, Biathlon, Ski-Nordisch, Freestyle, Skispringen, Snowboard, Behindertensport und Skicross.

Medizinische Hilfsmittel zur Rehabilitation nach Verletzungen

Im Skicross aktiv ist Andrea Limbacher, die seit 2010 auf Bauerfeind-Produkte vertraut – nicht zuletzt aufgrund schwerer Knieverletzungen, die sich die Wintersportlerin in ihrer Karriere bisher zuzog. Nach mehreren Bänderrissen im Knie trug sie unter anderem die Knieorthese SecuTec Genu.

BAUERFEIND ÖSTERREICH ist seit 2010 „Offizieller Partner mit medizinischen Hilfsmitteln" des ÖSV. Zum Saisonstart versorgte Bauerfeind Wintersportler des ÖSV mit Produkten wie Kompressionsstrümpfen sowie Bandagen und Orthesen.

Die Orthese stabilisiert das Kniegelenk nach Kreuzband-, Seitenband- und Meniskusverletzungen und unterstützt dadurch den Heilungsprozess. Ihre Rahmenkonstruktion wirkt in Verbindung mit unelastischen Gurten einer vorderen und hinteren Instabilität entgegen, schützt vor Fehlbewegungen und entlastet den Bandapparat.

Weitere Informationen sowie Händler in Österreich finden Sie unter **www.bauerfeind.at**

HAPPY Der ÖSV vertraut auf Qualitätsprodukte von Bauerfeind (v.l.): Stefan Kraft, Katrin Ofner, Andrea Limbacher, Christoph Wahrstötter

VERTRAUEN Skicross-Weltmeisterin Andrea Limbacher schwört nach schweren Knieverletzungen auf die Orthese SecuTec Genu

Ausbildungskurs

Medizinisches Taping für Ärzte, Physiotherapeuten, Sportmasseure und Sporttherapeuten

Inhalt:

Therapie des Bewegungsapparates wie Rückenschmerzen, Sehnenansatzbeschwerden, Gelenksbeschwerden, Korrektur von Fehlhaltungen an Wirbelsäule, Gelenken und Füßen, Steigerung der Belastbarkeit der Muskulatur und Entspannung derselben, Imitation der Lymphdrainage-Techniken: Abschwellende Zusatztherapie in Kombination mit manueller Medizin, Faszientherapie und Triggerpunkttherapie; Taping mit anderen Techniken der nicht operativen Orthopädie wie Osteopathie in einer Symbiose darzustellen und Therapiekonzepte zu erarbeiten!

Techniken:

Mittlerweile gibt es eine Vielzahl unterschiedlicher Techniken, aufgrund der Tatsache, dass eine inzwischen erweiterte Ursprungsmethode und viele verschiedene modifizierte und neu entwickelte Methoden existieren. Zur Durchführung der verschiedenen Techniken sind Tape-Zuschnitte unterschiedlicher Formen notwendig. Dabei wird unterschieden zwischen sogenannten I-, Y-, X-Zügeln und Fächern. Bei der Behandlung von Muskelbeschwerden gibt es zwei mögliche Applikationsrichtungen für die Tape-Anlage. Bei akut überbelasteten Muskeln wird zur Detonisierung vom Ansatz zum Ursprung geklebt. Bei schwachen Muskeln, oder wenn eine erhöhte Kontraktion gewünscht ist (zur Tonisierung), wird vom Ursprung zum Ansatz geklebt.

Folgende Techniken sind beschrieben:

- Muskeltechniken für die Muskulatur (Ursprungsmethode: „Treatment of Muscles“)
- Faszientechniken für die Faszien (Ursprungsmethode: „Fascia Correction“, „Space Correction“)
- Ligamenttechniken für die Bänder (Ursprungsmethode: „Ligament/Tendon Correction“)
- Korrekturtechniken (Ursprungsmethode: „Mechanical Correction“, „Functional Correction“)
- Lymphtechniken für die Lymphe (Ursprungsmethode: „Lymphatic Correction“)
- Kombinationstechniken
- Nerventechniken für die Nerven (Spezielle Kombinationstechnik)
- Narbentechniken für die Narben (Spezielle Kombinationstechnik)
- Organtechniken (Spezielle Kombinationstechnik)

Medizinisches Taping Teil I

Grundkurs

Die Themen sind Geschichte des Tapens, Materialkunde, Wirkungsmechanismen/Erklärungsmodelle und Anlagetechniken. Das Tapen wird in Kleingruppen demonstriert und praxisbezogen geübt; inkludiert sind das offizielle Lehrbuch TAPING von Dr. Ramin Ilbeygui Elsevier-Verlag, eine Schere und Tape-Material!

Termine:
23. März und 5. Mai 2019

Medizinisches Taping Teil II

Aufbau Wirbelsäule und die Extremitäten

In diesem Kurs werden die einzelnen Abschnitte des Körpers anatomisch und biomechanisch erklärt; daraufhin das Tapen abgeleitet und die Tapeanlagen erörtert und diversen Krankheitsbildern integriert; Tape Material wird zur Verfügung gestellt; Schere und Buch im Grundkurs erhalten.

Ohne Grundkurs kann Teil II nicht absolviert werden!

Termine:
1. Juni und 16. November2019

Medizinisches Taping Teil III

Lymphe, Narben Sportmedizin, Orthopädie und Unfallchirurgie

In diesem Kurs werden Lymphdrainage-Grundlagen und Narbentherapie-Grundlagen erörtert und das Tapen integriert; weiters werden Fallbeispiele und Krankheitsbilder aus der Sportmedizin und Ortho-Unfall aus konservativer Sicht beleuchtet, das Taping integriert; Tape-Material wird zur Verfügung gestellt; Schere und Buch im Grundkurs erhalten.

Ohne Grundkurs kann Teil III nicht absolviert werden!

Termine:
2. Juni und 17. November 2019

Referent: Dr. Ramin Ilbeygui

Kurszeiten für alle drei Kursteile:
13.00 Beginn (15.00 – 15.15 und 17.00 – 17.15 Pause),
19.00 Schlussdiskussion

Ort für alle drei Kursteile:
Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt,
2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1

PREIS PRO TERMIN:
für Mitglieder der VÖSM&ÖGS € 180,-,
für Nichtmitglieder € 200,-

Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa,
2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1,
Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91,
Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

DFP-Kalender

ein Service der Akademie der Ärzte

medizinisches Taping Teil I Grundkurs
Datum: **23.3.2019** und **5.5.2019**
Art: Veranstaltung
Fortbildungs-ID: 627506

medizinisches Taping Teil II Aufbau Wirbelsäule und die Extremitäten
Datum: **1.6.2019** und **16.11.2019**
Art: Veranstaltung
Fortbildungs-ID: 627507

medizinisches Taping Teil III Lymphe, Narben Sportmedizin, Orthopädie und Unfallchirurgie
Datum: **2.6.2019** und **17.11.2019**
Art: Veranstaltung
Fortbildungs-ID: 627508

Fortbildungsanbieter für alle drei Teile: Ortho-Akademie – Verein für interdisziplinäre nicht-operativeTherapieansätze desBewegungsapparates

Ort für alle drei Teile: VÖSM&ÖGS, Liese-Prokop-Platz 1, 2344 Maria Enzersdorf-Südstadt, Österreich

Fortbildungsseminar

Faszien als Sinnesorgan für Propriozeption – der 6. Sinn? Und Faszien-Training in Theorie und Praxis!

Neueste Forschungsergebnisse legen nahe, dass Faszien offenbar weit mehr sind als nur bedeutungsloses Bindegewebe: Sie spielen eine wesentliche und aktive Rolle im Körpersystem. Sie können sich unabhängig von der Muskulatur verspannen oder lockern und sie können Schmerzen auslösen. Faszien sind vermutlich ein wichtiges und vielfältiges Organ für die Propriozeption und Interzeption!

Auf Grund der Erkenntnisse der Faszien Forschung werden Übungen zur Verbesserung der Elastizität vorgestellt!

Termin: 4. Mai 2019

Referent: Dr. Ramin Ilbeygui (FA für Orthopädie und Allgemeinmedizin; Osteopathie) und Ildiko Ilbeygui (Heilmasseurin und Fitnesstrainerin)

Kosten: für Mitglieder der VÖSM & ÖGS € 140,–,
für Nichtmitglieder € 180,–

Ort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt,
2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt

Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa,
2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1,
Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91,
Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

Ausbildung zum Sportmasseur

Nach den Richtlinien der VÖSM & ÖGS-SportTheMa

Der 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.

Teilnahmevoraussetzungen: Abgeschlossene Massage-Grundausbildung bei der VÖSM & ÖGS-SportTheMa, USI Wien oder bei einem von der VÖSM & ÖGS-SportTheMa anerkanntem Institut mit Lehr- und Stundenvorgaben, Gewerbl. Masseure/Innen, Med. Masseur/in, Heilmasseure/Innen.

Ausbildung:
300 Unterrichtseinheiten bei 9 Kursteilen, inkl. 70 Std. Vereinspraxis (Unterrichtseinheit = 45 Minuten)

Ausbildungsbeginn: ab 21./22. September 2019, genaue Termine werden noch bekanntgegeben.

Kurszeiten: Freitag ab 18.00 – ca. 22.00 Uhr,
Samstag 8.00 – ca. 22.00 Uhr,
Sonntag 8.00 – ca. 16.00 Uhr

Kursort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt

Quartier: Auf Anfrage im Sekretariat

Kurskosten:
Komplette Ausbildung für Mitglieder der VÖSM & ÖGS-SportTheMa und USI-Absolventen € 1.710,–, für Nichtmitgl. € 1.820,– (Ratenzahlungen möglich, jedoch erhöht sich der Beitrag um jeweils € 90,–!). Für Aufenthalt und Verpflegung am Kursort sowie Fahrtkosten haben die Teilnehmer selbst aufzukommen.

Anmeldungen ab sofort: VÖSM & ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*
Sämtliche Lehrgegenstände sind auch einzeln zu besuchen, Stundenplan und Kosten auf Anfrage im Sekretariat der VÖSM & ÖGS-SportTheMa

Massage-Grundausbildung

für jeden Interessierten zur Ausbildung in Sportmassage 2020

Unterrichtsfächer:

Theorie:

Biologische und medizinische Grundlagen:

Anatomie	30 UEH u.	50 EH-Heimst.
Histologie	10 UEH u.	10 EH-Heimst.
Physiologie	20 UEH u.	30 EH-Heimst.
Allgemeine Pathologie	10 UEH u.	15 EH-Heimst.
Vertiefende Pathologie	10 UEH u.	20 EH-Heimst.
Hygiene	10 UEH u.	10 EH-Heimst.
Erste Hilfe und Unfallverhütung	10 UEH	
Insgesamt	100 UEH u.	135 EH-Heimst.

Praxis:

Klassische Massage	100 UEH u.	20 EH-Heimst.
Insgesamt Theorie und Praxis:	200 UEH u.	155 EH-Heimst.

Ausbildungsbeginn: Voraussichtlich Sept. 2019, genaue Termine werden noch bekanntgegeben.

Kurszeiten: Sa., So. jeweils 08.00 – ca. 18.00 Uhr

Kurskosten:
für Mitglieder € 1.500,– (exkl. Skripten),
für Nichtmitglieder € 1.590,– (exkl. Skripten)
(auch in Ratenzahlungen nach Vereinbarung möglich). Einzahlung auf das Konto der VÖSM & ÖGS-SportTheMa bei der Raiffeisenregionalbank Mödling,
IBAN: AT34 3225 0000 0161 9188,
BIC: RLNWATWWGTD

Kursort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt

Ausbildungsleitung: HM Michael Minarik

Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

functional – flossing

Neuer Ausbildungskurs: Mit Latexbändern zum Ziel

Egal ob Physiotherapie, Rehabilitation oder Fitnesswelt – seit einiger Zeit hält ein neues Tool bzw. eine neue Methode seinen Einzug – das „Flossing“. Dabei kommen spezielle Latexbänder für kompressionsbasierte Mobilisationstechniken und sportspezifische Bewegungen zum Einsatz. Im Sportbereich nutzen bereits viele Vereine und Therapeuten diese Möglichkeit, um bestehende Therapiekonzepte zu erweitern.

functional – flossing ist eine kurzzeitig anzuwendende Mobilisationstechnik, die alle Strukturen einer möglichen Bewegung miteinschließt.

Anwendungsbereiche:

- Patienten mit postoperativen Bewegungseinschränkungen
- nach Sportverletzungen
- bei posttraumatischen Schwellungen
- für das myofasziale System (Faszien-Training)
- zur Unterstützung der Regeneration
- für Cross Training
- für Personal Training

Was kann functional – flossing leisten?

- Schmerzreduktion
- Optimierung der Gelenkmechanik
- Steigerung vom Bewegungsradius (ROM)
- Verbesserung der Muskelaktivierung
- Bessere Ergussresorption in kürzerer Zeit – durch dosierte Kompression
- Optimierung der Trophik – und damit eine beschleunigte Heilung von Mikroverletzungen z. B. am Muskel
- Komplexe Bewegungen mit Kompression

KURSINHALTE:

Einführung in die Thematik
Indikation/Kontraindikationen
Untere Körperhälfte (Gelenk, muskulär, faszial, lymphatisch): • Fuß • Sprunggelenk • Wade • Knie • Oberschenkel • LBH Region
Obere Körperhälfte (Gelenk, muskulär, faszial, lymphatisch): • Finger • Daumen • Hand • Unterarm • Ellbogen • Oberarm • Schulter
Mobilisationsformen (aktiv/passiv) mit und ohne Gerät

SCHULUNGSZIEL:

Wir zeigen wie groß das Spektrum für den Einsatz vom „functional – flossing“ sein kann, Lernen Sie bei uns das „Wie“, „Wann“, „Warum“ und das „Wozu“!

Functional Flossing: Man umwickelt die betroffenen Region, Struktur oder das Areal mit dem elastischen Flossband

TERMIN: 8. Juni 2019

Kurszeit: 9.00 bis ca. 17.00 Uhr (5 – 6 Stunden)

Kursort:
Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt,
2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1

Referent: Thomas Metzger PT

Kosten: inkl. Flossingband und Farbskript für Mitglieder der VÖSM&ÖGS-SportThema € 149,–, für Nichtmitglieder € 160,–

Mitzubringen sind:
Schreibmaterial – Handtuch – Sportbekleidung

Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

Teilnahmevoraussetzung:
(Sport)Mediziner, (Sport)Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Osteopathen, Masseure, Sportlehrer, Sportwissenschaftler, Trainer, Fitness und Reha, Sport und Gymnastiklehrer, Personal Trainer, Übungsleiter im Sportbereich (für alle Berufsbezeichnungen gilt natürlich auch das „Gender-In“)

Workshop

Dehnen, aber richtig!

mit Physiotherapeut Markus Arefi

Dehnen ist ein sehr aktuelles aber kontroversell diskutiertes Thema und wird sogar von den Fachleuten und Trainern unterschiedlich interpretiert und weitergegeben. Immer noch werden Dehnübungen mit Erkenntnissen von vor 30 – 40 Jahren durchgeführt, ohne diese zu hinterfragen.

Das Hauptziel einer Dehnung ist das Wiedererlangen des vollen Bewegungsumfanges, die Beweglichkeitsverbesserung. Aus meiner Sicht, den Erfahrungen eines Physiotherapeuten ist das Dehnen für einen gesunden Körper notwendig.

Es sollte uns bewusst werden, dass bei einer Dehnung sämtliche Strukturen (Muskulatur, Faszien, Nerven, Gefäße, Sehnen, Bänder, Kapseln und die Haut) unter Zug gebracht werden. Daher müssen beim Dehnen nicht nur die Veränderungen in einer Struktur, sondern auch die gegenseitige Beeinflussung der Strukturen berücksichtigt werden, um leistungssteigernd für den Körper zu wirken.

Beim Dehnen sind also **drei Fragen**, die voneinander abhängig sind, grundlegend:
Was will ich dehnen,
wie dehne ich diese Struktur und
wann ist der richtige Zeitpunkt.

Man unterscheidet kurzfristige Dehneffekte, die meist nur ein bis zwei Stunden anhalten und langfristige Dehneffekte, die erst bei regelmäßiger Dehnung über Wochen zu Gewebsveränderungen und strukturellen Anpassungen führen.

Workshop-Leiter PT Markus Arefi

Um das Thema „Dehnen“ besser verstehen zu können sollte man bei der Definition beginnen.

Faszien

Momentan herrscht ein sehr großes Interesse an dem Thema Faszien in Verbindung mit Sport. Laut neuen Erkenntnissen wird den Faszien nicht nur das Mitwirken an Sprung- und Federkräften zugeschrieben. Sie sollen sogar der Hauptgrund dafür sein. Faszien überziehen die gesamten Muskeln im Körper und stehen als ganze Ketten miteinander in Zusammenhang. Sie werden bei Bewegungen wie eine Feder gespannt, und lassen ihre Energie bei ausholenden Bewegungen, explosionsartig frei.

Der Begriff Faszie muss anatomisch und histologisch betrachtet werden. Es mag korrekt sein, dass all diese Strukturen der Großfamilie Bindegewebe zuzuordnen sind, aber sie unterscheiden sich alle in Zusammensetzung und Funktion.

Wenn zu diesem Thema Ihr Interesse geweckt worden ist, dann lade ich Sie recht herzlich ein am 18. Mai 2019. beim Workshop **„Dehnen, aber richtig!“** dabei zu sein.

Theorie und Praxis:
Gängigsten Dehnübungen (Für und Wider),
Faszientraining,
Diskussion und Fragen

Mitzubringen: Faszienrolle (wenn vorhanden),
1 Handtuch oder Badetuch, 1 Tennisball

Termin: Samstag, 18. Mai 2019

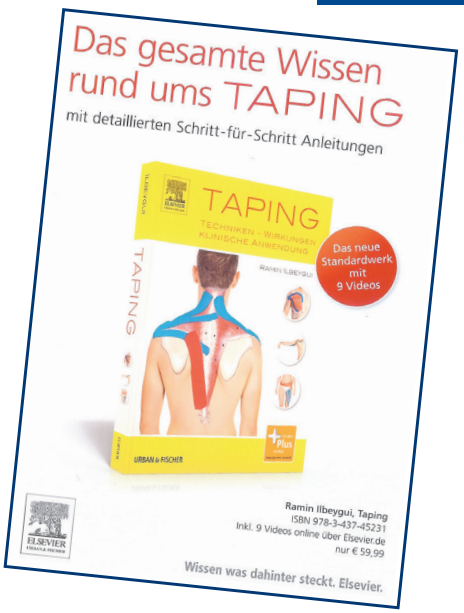
Kurszeiten: von 9.00 – 18.00 Uhr

Kosten:
für Mitglieder € 150,–, für Nichtmitglieder € 170,–

Kursort:
Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt,
2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1

Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa,
2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1,
Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91,
Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

BUCH-TIPP



WIR TRAUERN UM:

Mit großem Bedauern bekamen wir von den Angehörigen unserer Mitglieder Gerhard Hacker, Wilhelm Breitwieser und Franz Haslauer (drei „Mitglieder – „Urgesteine“ seit 1978) die traurige Nachricht, dass sie unerwartet von uns gegangen sind.

Gerhard Hacker *verstarb am 27. September 2018. Er war Gewerblicher Masseur, absolvierte dazu auch die Sportmasseurausbildung und war einer der Pioniere in unserer Vereinigung seit 1978 und engagierte sich entscheidend zur Entwicklung unserer Vereinigung. Umso betroffener machte uns sein plötzlicher und viel zu früher Tod.*

Franz Haslauer *verstarb am 27. Jänner 2018. Er war Heilmasseur und Heilbademeister, absolvierte die Sportmasseurausbildung mit Abschluss 1979 und besuchte fortlaufend Fortbildungsseminare. Er engagierte sich vor allem bei Herrn Bringezu im Rahmen der Lymphdrainage-Ausbildung. Er wird uns als einen besonderen Menschen in Erinnerung bleiben.*

Wilhelm Breitwieser *verstarb im Oktober 2018. Er war Heilmasseur und Heilbademeister, absolvierte auch bei uns die Sportmasseurausbildung. Auch er besuchte viele Fortbildungsseminare, um sein praktisches Wissen zu verfeinern. Wir vermissen ihn einfach!*

Alle drei Verstorbenen waren seit 1978 Mitglieder und hielten uns bis zu ihrem Ableben die Treue, wofür wir unendlich dankbar sind.

Unser Mitgefühl gilt deren Familien und Angehörigen. Was uns bleibt, sind Dank und Erinnerung an die vielen schönen Jahre mit unseren treuen Mitgliedern.

Anzeige

Upledger Institut Österreich
Kursangebot 2019

Upledger CranioSacral Therapie®
Einführungskurse
» Linz Teil 1: 28.01. – 30.01.2019
Teil 2: 15.03. – 17.03.2019
» Innsbruck Teil 1: 11.04. – 13.04.2019
Teil 2: 27.05. – 29.05.2019
» Wien 14.05. – 19.05.2019
» Linz 01.07. – 06.07.2019

Viszerale Manipulation
Einführungskurse
» Linz 08. – 12.01.2019
» Innsbruck Teil 1: 18. – 20.03.2019
Teil 2: 13. – 14.05.2019
» Graz Teil 1: 06. – 08.05.2019
Teil 2: 28. – 29.06.2019
» Wien Teil 1: 18. – 20.09.2019
Teil 2: 05. – 06.12.2019

Neurale Manipulation der Nerven I
» Linz 27.02. – 02.03.2019

Mobilisation der Gelenke I
» Linz 29.04. – 02.05.2019

Osteopathische Techniken
Sutherland Techniques
» Linz 03. – 07.02.2019
Muscle Energy Techniques
» Linz 10. – 14.02.2019
Myofascial Release
» Linz 22. – 26.05.2019

Ausführliches Jahresprogramm 2019
Information und Anmeldung:
Fr. Christine Dillinger
Tel: +43 (0)316-84 00 500
Fax: +43 (0)316-84 00 503
A 8010 Graz, Sparbersbachg. 63
E-Mail: office@upledger.at

www.upledger.at

Ui Upledger Institute
Oi Osteopathic Institute
THE BARRAL INSTITUTE Austria Satellite
Ulö

Österreichische Sporttherapie-Ausbildung

Modul D (nur für ausgebildete Sportmasseure der VÖSM & ÖGS-SportTheMa!)

Die Sporttherapieausbildung ist eine aufbauende Zusatzausbildung zum/zur VÖSM & ÖGS-SportTheMa Sportmasseur(in) und erfolgt in einem einjährigen Bildungsgang.

Ziel: Eine noch speziellere Ausbildung in Sporttherapie mit Praxischwerpunkt soll gewährleisten, dass geeignete Maßnahmen für Prävention und Regeneration im Sport gesetzt werden.

Ausbildung: 233 Unterrichtseinheiten an 10 Wochenendterminen (1 Wochenendtermin pro Monat, Ferienzeit ausgenommen!). Insgesamt 10 Wochenendmodule mit Abschlussprüfung, Beginn jeweils Samstag und Sonntag von 8.30 bis 18.30 Uhr, anschließend 1 Samstag-Termin für die Abschlussprüfung.

Teilnehmerlimit: 12 Personen.

Termin 1. Modul: Voraussichtlich, nach Zustandekommen von 12 Sportmasseuren/innen, September 2020
Kursort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, Liese Prokop-Platz 1, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt
Quartier: Auf Anfrage im Sekretariat
Kosten: Für Mitglieder der VÖSM&ÖGS-SportTheMa € 1.710,–, für Nichtmitglieder € 1.820,– (Ratenzahlungen möglich, jedoch erhöht sich der Beitrag um jeweils € 90,–!). Anzahlung € 300,– oder Gesamtbetrag auf das Konto der VÖSM&ÖGS-SportTheMa bei der Raiffeisenregionalbank Mödling, IBAN: AT34 3225 0000 0161 9188, BIC: RLNWATWWGTD.
Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa

Sämtliche Lehrgegenstände sind auch einzeln zu besuchen, Stundenplan und Kosten auf Anfrage im Sekretariat der VÖSM&ÖGS-SportTheMa.

Ausbildungskurs

Sehne trifft Therapie

Ein Training, das bei Olympiasiegern, Welt- und Europameistern unverzichtbar geworden ist!

Ausgewählte Tendinopathien und deren Behandlungsmöglichkeiten stehen im Focus des Kurses. Die inhaltlichen Zusammenhänge dieses Kursmoduls orientieren sich an den aktuellen Entwicklungen und wissenschaftlichen Erkenntnissen internationaler Researchgruppen. Wissen und Kompetenz aus verschiedenen Bereichen bilden die Grundlage für die dargestellten Rehabilitationsstrategien. Unterstützt werden diese durch Neuro Performance Aspekte – basierend auf der Ausbildungskonzeption von Dr. Eric Cobb:

- *Rehabilitation von Verletzungen* – beobachten, erkennen und korrigieren
- *Neurale Re-Education* – verändern Sie das Nervensystem
- *Wiederherstellung der Mobilität* – als ein kompletter Therapeut oder Trainer müssen Sie die drei „leitenden" Bewegungssysteme im menschlichen Körper betrachten.

Die Kursteilnehmer erhalten ein mächtiges, unverzichtbares Tool in puncto Verletzungsprävention, Rehabilitation und Training. So kann die Leistungsfähigkeit für Sportler oder Patienten optimiert und verbessert werden.

We translate tendinopathy evidence into practice!

Zielgruppen: (Sport)Physiotherapeuten, (Sport)Mediziner, Ergotherapeuten, Osteopathen, Sportmasseure, Sportwissenschaftler, Sporttherapeuten, Sport-und Gymnastiklehrer, Rehatrainer, Personaltrainer, Trainer

Kursziel: Erarbeiten und durchführen von evidenzbasierten Herangehensweisen und Programmen zu und bei Sehnenproblematiken, die die integrale Rolle des zentralen Nervensystems (ZNS) in der Schmerzerfahrung beinhalten

Termin: 6. April 2019

Kurzszeit: 9.00 bis 17.00 Uhr

Kursort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1

Dozent und Leitung: Thomas Metzger, Physiotherapeut, Sportlehrer, Sportphysiotherapeut DOSB, Fachbuchautor

Kosten: € 190,– (inkl. Skript und Material) für Mitglieder, € 230,–für Nichtmitglieder

Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

6. Sportorthopädische Tagung

Back2Sports

Knieprobleme beim älteren Sportler: Ursachen, Prävention und Behandlung.

Zum sechsten Mal heißt es demnächst in Speising wieder „Back2Sports“. Im Rahmen des Symposiums im Jänner 2019 dreht sich alles um das „ältere Knie“. Der Fokus liegt auf Ursachen, Prävention und Behandlung von Knieverletzungen und Überlastungsschäden bei sportlich aktiven Senioren.

Wie immer sind für die Expertenbeiträge erfahrene und versierte Referenten vor Ort. Dazu aktuelle Fachvorträge aus den Bereichen der konservativen und der chirurgischen Orthopädie sowie Themen zur Physiotherapie, Prävention und Nachsorge.

PROGRAMM

08.00 – 08.15 Begrüßung und einleitende Worte M. Enenkel/C. Wurnig
08.15 – 08.30 Einführungsvortrag: Differentialdiagnose Knieschmerz M. Enenkel

Teil I: Konservative Behandlung von Knieschmerzen im Alter
08.30 – 08.40 Ursachen, Entstehung und Progredienz der Arthrose L. Hofmann
08.40 – 09.00 Die konservative Behandlung der Gonarthrose im Wandel der Zeit H. Tilscher
09.00 – 09.10 Physiotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten S. Kanzian
09.10 – 09.25 Hyaluronsäure, ACP, Kortison: Was wirkt wann und warum? C. Albrecht
09.25 – 09.35 Stoßwellentherapie als Option? R. Scheuer
09.35 – 09.50 Orthesen und Behelfe beim Arthoseknie A. Kranzl/F. Wepner
09.50 – 10.10 Präventionsmöglichkeiten bei Gonarthrose B. Wondrasch
10.20 – 10.50 Pause und Besuch der Industrieausstellung

Teil II: Möglichkeiten und Grenzen der gelenkerhaltenden Chirurgie
10.50 – 11.05 Meniskusrisse: Naht, Resektion oder konservative Therapie F. Wepner
11.05 – 11.20 Kreuzbandriss: Indikationen und OP-Technik M. Enenkel
11.20 – 11.35 Operative Knorpeltherapie – Alters- und Defektgrenzen? C. Albrecht
11.35 – 11.50 Beinachsenkorrektur bei Instabilität und Arthrose F. Kissler

Teil III: Gelenkersatz und Sport
12.00 – 12.15 Indikation und Kontraindikation für Halbschlittenprothesen und patellofemoralen Gelenkersatz M. Dominkus
12.15 – 12.30 Knieprothesen und Sport – ein Widerspruch? M. Dominkus
12.40 Farewell-Lunch

Fitness im Alter – die beste Medizin Foto: Orthopädisches Spital Speising

Termin: Freitag, 11. Jänner 2019, 8.00 bis 12.40 Uhr
Veranstaltungsort: Orthopädisches Spital Speising, Speisinger Straße 109, 1130 Wien, Prof.-Spitzy-Auditorium
Zielgruppen: Orthopäden, Unfallchirurgen, Ärzte für Physikalische Medizin, Sportärzte, Allgemeinmediziner, Turnusärzte, Studenten, Physiotherapeuten, Masseure, Sportmedizinisch interessierte Trainer und Betreuer
Teilnahmegebühren: bei Buchung bis 31. Dez. 2018: EUR 60,– (ab dem 1. Jänner 2019 EUR 70,-)
Ermäßigte Gebühr für Studenten: EUR 40,-
Mitarbeiter der Vinzenz Gruppe: EUR 50,-
Anmeldung:
Über die Veranstaltungswebsite: www.oss.at/B2S. Nach der Anmeldung via Internetformular auf www.oss.at/B2S erhalten Sie ein automatisiertes Bestätigungs-E-Mail mit unserer Kontoverbindung. Wir ersuchen Sie, die Teilnahmegebühr spätestens sieben Tage nach Anmeldung zu überweisen, um Ihren Platz fix zu buchen. Den Eingang der Teilnahmegebühr wird Ihnen bestätigt.
DFP: Die Veranstaltung ist für das Diplomfortbildungsprogramm der Österreichischen Ärztekammer zur Approbation eingereicht.

2019

SportTheMa-Terminkalender

VÖSM & ÖGS-SportTheMa

11.01.2019	Back2Sport – 6. Sportorthopädische Tagung im Orthopädischen Spital Speising
18.-20.01.19	Sportmasseur-Ausbildung – Modul 5
15.-17.02.19	Sportmasseur-Ausbildung – Modul 6
15.-17.03.19	Sportmasseur-Ausbildung – Modul 7
23.03.2019	Workshop Medizinisches Tapen – Grundkurs
05.-07.04.19	Sportmasseur-Ausbildung – Modul 8 inkl. Vienna City-Marathon
06.04.2019	Sehne trifft Therapie – Thomas Metzger PT/D
04.05.2019	Faszien als Sinnesorgan für Propriozeption – der 6. Sinn? Und Faszien-Training in Theorie und Praxis – Dr. Ramin Ilbeygui
05.05.2019	Workshop Medizinisches Tapen – Grundkurs
18.05.2019	Dehnen, aber richtig! – PT Markus Arefi
24.-26.05.19	Sportmasseur-Ausbildung – Modul 9
01.06.2019	Workshop Medizinisches Tapen – Teil II
02.06.2019	Workshop Medizinisches Tapen – Teil III
08.06.2019	Workshop „functional – flossing“ – Thomas Metzger PT/D
15.06.2019	Komm. Abschlussprüfung Sportmasseur-Ausbildung
16.11.2019	Workshop Medizinisches Tapen – Teil II
17.11.2019	Workshop Medizinisches Tapen – Teil III

Neustart
MASSAGE-GRUNDAUSBILDUNG

Voraussichtlich September 2019
für Jedermann/Frau (siehe Seite 16)

Neustart
SPORTMASSEUR-AUSBILDUNG

21. – 22. September 2019
(siehe Seite 16)

Neustart
SPORTTHERAPIE-AUSBILDUNG

Voraussichtlich September 2019
für alle Absolventen
der Sportmasseur-Ausbildung (siehe Seite 20)

NEU! NEU! NEU!

Unterrichtsfächer der Sportmasseur-Ausbildung und der Sporttherapie-Ausbildung sind ab Beginn dieser Ausbildungen (siehe oben angeführt) auch einzeln zu besuchen.
Der Stundenplan wird auf Anfrage bekanntgegeben.
Ebenso führt die VÖSM&ÖGS-SportTheMa, bei Zustandekommen von mindestens 10 Personen, jedes Seminar das gewünscht wird durch.
Bitte um Voranmeldung.
Termin wird nach Anmeldung von mindestens 10 Teilnehmern auf Wunsch festgesetzt.

Für alle Ausbildungen gilt:
Anmeldungen ab sofort bei der
VÖSM&ÖGS-SportTheMa,
2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt,
Liese Prokop Platz 1
Telefon 02236/865875 · Mobil 0676/7006491
Fax 02236/26833 401
E-Mail: office@sportthema.at

DRUCKEREI
BERGER

150 JAHRE

Ihr persönlicher Drucker

Die Druckerei Berger ist ein Privatunternehmen, das vor 150 Jahren von Ferdinand Berger I. gegründet wurde, sich seither in ununterbrochener Folge im Familienbesitz befindet und heute von der fünften Generation geführt wird.

Strikte Kundenorientierung, kompetente MitarbeiterInnen und höchste Qualitätsstandards reihen das Unternehmen seit Jahrzehnten österreichweit zu den Großen der Branche.

STAATLICHE AUSZEICHNUNG

Ferdinand Berger & Söhne GmbH
Horn | +43 (0) 2982 4161 - 0
Wien | +43 (0) 1 313 35 - 0
Vertretungen in allen Bundesländern
www.berger.at

Pre-Press | Digitaldruck | Bogenoffsetdruck | Rollenoffsetdruck | Industrielle Buchbinderei

SecuTec® Genu
SICHERT DAS INSTABILE KNIE IN DER BEWEGUNG

Die Hartrahmenorthese stabilisiert nach dem 4-Punkt-Prinzip u. a. bei Kreuzband-, Seitenband- und Meniskusverletzungen.

- **genaue Versorgung** durch größenunterschiedlich kombinierbare Ober- und Unterschenkelrahmen
- **schützt zuverlässig und rotationsstabil** durch anatomisch geformte Rahmenkonstruktion
- **praktisch und leicht im Alltag und in der Reha** durch Schnellverschlüsse, geringes Gewicht und wassertaugliche Materialien
- **patientenfreundliches Anlegen** am gestreckten Bein

Seit 2010 ist Bauerfeind Österreich Partner des Österreichischen Skiverbandes und unterstützt Athleten im Bedarfsfall mit Bandagen, Orthesen, Kompressionsstrümpfen und orthopädischen Einlagen.

Mehr Informationen unter www.oesv.at.

Athleten von links nach rechts:
Nici Schmidhofer, Teresa Stadlober, Vincent Kriechmayr, Andrea Limbacher

BAUERFEIND.AT