

Patienten mit einer höheren präoperativen Funktionsfähigkeit tolerieren einen chirurgischen Eingriff besser

(Jonathan N. Myers, Holly Fonda: *The Impact of Fitness on Surgical Outcomes: The Case for rehabilitation*. In: *Current Sports Medicine Reports*. Band 15, Nr. 4, 2016)

Prehabilitation bei Hüft- Kniegelenksverletzungen bzw. Erkrankungen erfahrungs- und evidenzbasiert

Seminar in 18 Lerneinheiten:

Nicht erst warten bis nach der Operation, sondern gezielt Vorbereiten auf die Operation. Unter diesem Motto befähigt dieses Seminar Therapeuten Patienten optimal auf bevorstehende Operationen vorzubereiten.



Dieses Seminar beinhaltet die gezielten Methoden der Prehabilitation bei verschiedenen Krankheitsbildern vor Operationen mit ausführlichen Patientenunterlagen zu den Übungsprogrammen.

Inhalte des Seminars:

- Vorstellen des Konzepts der Prehabilitation
- Ziele der Prehabilitation im Zusammenspiel mit Prävention und Rehabilitation
- Hintergrundwissen zu Problemstellungen bei verschiedenen Krankheitsbildern der Hüft- und Kniegelenke
- Hintergrundwissen zur Evidenz der Prehabilitation
- Maßnahmen zur Vermittlung von Selbststeuerung und Selbstbeobachtung
- Kompetenzentwicklung zur Durchführung selbstgesteuerter Übungsprogramme zum Aufbau von Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer vor einem operativen Eingriff
- Hintergrundwissen zu bio-psychozialen Einflüssen: Schnellere und bessere Wiederherstellung der physischen und psychischen Leistungsfähigkeit nach Operation (Bsp.: Return to Sport/RTS)