

Schmerzfrei und motiviert

Seit Mitte des Vorjahres ist im Medizinischen Zentrum Bad Vigaun ein Antigravitationslaufband im Einsatz. Schmerzfrees und sturzsicheres Gehen und Laufen in der rehabilitativen postoperativen Therapie wird damit für viele Patienten wieder möglich.

► Antigravitationslaufbänder bieten die Möglichkeit, belastungsreduziert zu trainieren und zum Beispiel ein moderates Konditionstraining und die körperliche Fitness auch in Phasen von Verletzung beizubehalten. Rehabilitationspatienten profitieren vor allem bei Verletzungen oder nach Operationen des Stütz- und Bewegungsapparates von einer schnelleren Rückkehr in den aktiven Alltag.

Gewichtsentlastetes Laufen

Der Patient hat eine spezielle Neoprenüberhose an und steigt in eine bis über die Hüften reichende Kammer aus Kunststoff, die sich auf dem Laufband befindet. Die Hose wird an der Taille mit der Kammer verschlossen und die Bestimmung des Körpergewichtes startet. Danach wird durch Luftzugabe ein Überdruck in der Kammer erzeugt, der eine Entlastung bis maximal 80 % des Körpergewichtes bewirkt. Diese Reduzierung kann stufenlos eingestellt werden. Die Gewichtsreduktion erfolgt durch den mittels Luftdruck in der Kammer erzeugten Auftrieb. Wie bei einem normalen Laufband sind Geschwindigkeit und Steigung dem jeweiligen Leistungsvermögen angepasst einstellbar.

„Das Laufband funktioniert damit ähnlich wie ein herkömmliches Trainingsgerät, nur mit dem Unterschied, dass das Körpergewicht um bis zu 80 % reduziert werden kann. Es wurde ursprünglich bei der NASA eingesetzt und hilft, den Stütz- und Bewe-



„Neben der Entlastung ist physiologisch normales Gehtraining

möglich.“

MMag. Dr. Josef Sturm, Therapieleiter und Sportwissenschaftler am Medizinischen Zentrum Bad Vigaun

gungsapparat auch unter besonderen Bedingungen zu trainieren“, erklärt MMag. Dr. Josef Sturm, Therapieleiter, Sportwissenschaftler, Medizinisches Zentrum Bad Vigaun, das Prinzip. Im 1:1-Setting, kümmert sich ein Therapeut individuell um die Bedürfnisse des Patienten. Ziel ist es, schmerzfrei und sturzsicher zu arbeiten.

„Neben der Entlastung ist physiologisch normales Gehtraining möglich. Das ist der große Unterschied zu anderen gewichtsentlastenden Sys-



„Das Laufband bewährt sich überall dort, wo Gehen ein wichtiges Therapie-

ziel ist und unter herkömmlichen Bedingungen Schmerzen verursachen würde.“

Univ.-Prof. Mag. DDr. Anton Wicker, MSc, Facharzt für Physikalische Medizin und Allgemeine Rehabilitation



temen, wie etwa mit Gurten, Unterarmgehstützen oder einem Rollator. Das entlastet zwar auch, ist aber physiologisch dem herkömmlichen Gangbild nicht so nahe“, beschreibt Sturm die Vorteile. Eingesetzt wird das Antigravitationslaufband zweimal wöchentlich: „Wir starten mit der maximalen Gewichtsentlastung und steigern dann die Belastung je nachdem, wie es für die Patienten möglich ist“, so Sturm.

Ergänzung zur Ganganalyse

Bad Vigaun zählt österreichweit zu den Vorreitern in Sachen Ganganalyse. Mit dem Antigravitationslaufband wurde diese Expertise weiter ausgebaut, denn es liefert über ein integriertes Videosystem Daten zu den klassischen Gangparametern wie Schrittlänge oder Gewichtsbelastung. Die Therapie und das Training können so visualisiert und optimiert werden. „Die individuellen Patientendaten werden beim Training mit Normwerten verglichen. So sehen wir, ob die Schrittlänge symmetrisch oder asymmetrisch ist und können sofort korrigierend eingreifen“, beschreibt Sturm das Training im



Detail. Das Training kann aufgezeichnet werden und so das Gangfeedback sowie ein Bericht zu den Basisinformationen wie Trainingsdauer, Gewichtsentlastung, Geschwindigkeit und Steigung dokumentiert werden. Für den Therapeuten ist auch der psychologische Aspekt wichtig: „Patienten erkennen schnell, dass sie wieder schmerzfrei gehen können und das hebt die Motivation deutlich und erhöht die Compliance bei der Therapie.“

Frühzeitige Rehabilitation

„Aktuell setzen wir das Trainingsgerät hauptsächlich bei Patienten nach Knie- und Hüftoperationen ein, aber auch bei Wirbelsäulenverletzungen und Arthrose“, beschreibt Univ.-Prof. Mag. DDr. Anton Wicker, MSc, Facharzt für physikalische Medizin und allgemeine Rehabilitation, für Rheumatologie und für physikalische Sportheilkunde vom Ärzteteam im Medizinischen Zentrum Bad Vigaun. „Grundsätzlich hilft es uns bei allen Patienten, bei denen das Gehen ein wichtiges Therapieziel ist und unter herkömmlichen Bedingungen Schmerzen verursachen würde“, sagt

Wicker weiter. Viele Patienten kommen schon sehr früh zur Rehabilitation und dürfen zu dem Zeitpunkt oft noch gar nicht ins Wasser. „Auch wenn Wundheilungsstörungen nach der Operation auftreten, ist die klassische Unterwassertherapie nicht möglich. So können wir sie im Trockenen mobilisieren. Die Patienten verlieren den Bewegungsablauf, ihre Kraft und Koordination nicht, wenn sie schon früh wieder mit dem Training beginnen können“, beschreibt Wicker die Vorteile.

Das Training auf dem Speziallauf-



„Der Heilungsprozess wird gefördert, da eine längere Ruhigstellung nach Gelenkoperationen oder anderen Gelenkerkrankungen vermieden wird.“

Primar Dr. Hildebert Hutt, Facharzt für Orthopädie und orthopädische Chirurgie und Leiter der Rehabilitation im Medizinischen Zentrum Bad Vigaun

band ermöglicht bald nach einer Operation an Hüft-, Knie- und Fußgelenken, auch nach Gelenkersatz, ein normales Gehen oder Laufen unter erheblicher Entlastung der Gelenke. „Insbesondere nach Hüft- oder Knieoperationen erschließt das Laufband nicht gekannte Möglichkeiten, fast belastungsfrei wieder auf die Beine zu kommen. Dank der präzisen Gewichtsentlastung ermöglicht es eine vorgezogene Mobilisation von frisch verletzten oder operierten Patienten“, erklärt Prim. Dr. Hildebert Hutt, Ärztlicher Leiter Reha, Facharzt für Orthopädie und orthopädische Chirurgie, Rheumatologie, Manuelle Therapie, Sportmedizin und Physikalische Therapie im Medizinischen Zentrum Bad Vigaun. Das fördert die Heilungsprozesse, da eine längere Ruhigstellung nach Gelenkoperationen oder anderen Gelenkerkrankungen vermieden wird. „Gleichzeitig wird die für postoperative Patienten normale Schonhaltung durchbrochen und unnatürliche Ausgleichbewegungen werden vermieden. So können Folgebeschwerden, wie etwa Rückenschmerzen verhindert werden“, so Hutt. **rh ■**