



ACADIA now!

Medizinische
eLearning-Welt

Kursinhalte Spastizität (Alexander Dassel)

A. Theorie

1. Upper Motor Neuron Syndrom
2. Begriffsdefinition
3. Ätiologie
4. Pathophysiologie
5. Antispastische Medikation
6. Therapie und Training nach Schlaganfall

B. Tests & Assessments

1. Spasticity 0-10 numeric rating scale
2. Patient Global Impression of Change
3. 10 m-Gehtest
4. Modifizierte Ashworth-Skala
5. Modifizierte Frenchay Skala
6. Wolf Motor Function Test (WMFT)
7. Action Research Arm Test (ARAT)
8. Multiple Sclerosis Spasticity Severity Scale (MSSS-88)
9. Fugl-Meyer Assessment obere Extremität
10. verschiedene sonstige Messskalen

C. Videos zur praktischen Vorgehensweise (Auswahl):

1. Testung der Gleitfähigkeit der Beinnerven
2. Scapulafixation als Voraussetzung für die Initiierung von Armaktivitäten
3. Aktivitäten im seitlichen Unterarm- und Handstütz
4. Förderung der Elastizität bei spastischer Parese mit Kontrakturen der oberen Extremität
5. Elastizitätsförderung der Oberschenkelinnenseite bei spastischer Parese
6. Scapulafixation als Voraussetzung für die Initiierung von Armaktivitäten
7. Aktivitäten im seitlichen Unterarm- und Handstütz
8. Hand-Arm-Schulter-Gurt
9. Greifhilfen
10. Überhang
11. Sitz → Überhang → Sitz
12. Beinachsenbandagierung mit einem elastischen Band
13. Förderung der Gleitfähigkeit der Beinnerven
14. Elastizitätsförderung der Gesäß-, Sprunggelenk- und Fußstrukturen
15. Elastizitätsförderung des M. tibialis anterior sowie neuroreaktives Beinachsentraining
16. Tiefe Hocke
17. Training der Standbeinmuskulatur mit dem Mini-Pilates-Band
18. Förderung der Elastizität der Fußsohle und Zehenbeuger

19. Kniebeugen mit neuroreaktiver Korrektur
20. Kniebeugen mit Gewicht, Greifhilfe und neuroreaktiver Beinachsenkorrektur
21. Hüftöffnung und Standbeintraining im Einbeinstand
22. Rollerfahren auf dem Laufband zur Förderung der dynamischen Gewichtsübernahme mit neuroreaktiver Pronation sowie Knielateralisierung
23. Rollerfahren auf dem Laufband zur Förderung der dynamischen Gewichtsübernahme und Fazilitation für die Beinachsenstabilisierung
24. Rollerfahren auf dem Laufband mit dem betroffenen Bein zur Förderung der Wahrnehmung, Gewichtsübernahme und Abstoßfähigkeit
25. Rollerfahren auf dem Laufband zur Förderung der dynamischen Gewichtsübernahme mit neuroreaktiver Pronation und assistiver Knielateralisierung
26. Sprünge auf dem Laufband
27. Transfer Sitz → Sitz
28. Sympathische Dämpfung in Seitlage
29. Dehnung der Gesäßmuskulatur und Hüftinnenseite (modifizierte Taube light)
30. Dehnung der Hüftinnen- und -rückseite im Liegen mit einem Gurt
31. Dehnung der Hüftvorderseite und Wade mit einem Stuhl
32. Oberkörperaufrichtung und Dehnung der Schultervorderseiten
33. Kräftigung der Beinmuskulatur durch den Transfer aus dem Stand in den Einbeinkniestand
34. Rollen von der Bauchlage in den hohen Vierfüßlerstand
35. Dehnung Hüftvorderseite und Wirbelsäulenrotation mit einer Leiter
36. Dehnung der Hüftinnenseiten im Sitzen mit einem Stuhl
37. Dehnung der Hüftinnenseiten beidseits im Liegen
38. Dehnung der Hüfte- und Oberschenkelvorderseite mit Gurt
39. Dehnung der Gesäßmuskulatur im Sitzen
40. Dehnung der Hüftinnenseiten beidseits im Stand mit Stuhl
41. Dehnung der Hüftinnen- und -vorderseite in der Amphibienposition im Liegen
42. Dehnung der Gesäßmuskulatur im Liegen
43. Dehnung seitlicher Rumpfmuskulatur und Hüftinnenseite beidseits
44. Kräftigung der Gesäßmuskulatur im Stand
45. Dehnung der Hüft Rückseite im Liegen mit einem Gurt
46. Schulter- und Armstabilisierung im Unterarmstütz
47. Schulter- und Armstabilisierung im Handstütz
48. Dehnung der Körpervorderseite durch Rollen von der Seitenlage auf den Rücken
49. Kräftigung der Beinmuskulatur durch den Transfer vom Stehen zum Sitzen
50. Kräftigung der Schulterblattmuskulatur im Vierfüßlerstand mit einem Gymnastikband
51. Mini-BESTest
52. Standbeintraining Vierfüßlerstand → Bärenstand
53. Einbeinkniestand → Stand mit Vorfußstabilisation