

Kursinhalte Schulter: Biomechanisch fundierte Therapie – funktionell, leitliniengestützt und interdisziplinär vernetzt. (Alexander Dassel)

Zielgruppe

- Therapeutische Fachkräfte (Physiotherapie, Ergotherapie, Sport- und Rehabilitationsmedizin),
- Fachpersonen aus orthopädisch-diagnostischen und interdisziplinären Reha-Teams.

Seminarziele

- Vermittlung anatomischer und biomechanischer Grundlagen des Schulterkomplexes,
- Verständnis des skapulohumeralen Rhythmus, der Muskelkraftpaare und der, neuromuskulären Steuerungsmechanismen,
- differenzierte funktionelle Befundung (klinische Tests, bildgebende Verfahren, apparative Messungen),
- strukturierte Planung konservativer und rehabilitativer Maßnahmen bei Dysfunktionen und Pathologien (Skapuladyskinesie, Impingement, Instabilitäten, Rupturen),
- Entwicklung indikationsspezifischer Trainingsansätze in der PT und ET,
- Förderung interdisziplinärer Zusammenarbeit und edukativer Kompetenzen im Rehateam.

Didaktisches Konzept

- Wissenschaftlich fundierte Video- und Textmodule zu Biomechanik, Testung und Therapie,
- evidenzbasiertes Praxiswissen für den klinischen Alltag,
- Downloadbereich mit Fragebögen
 - Disabilities of the Arm, Shoulder and Hand (DASH)
 - Shoulder Pain and Disability Index (SPADI)
 - Seated Medicine Ball Throw
 - Closed Kinetic Chain Upper Extremity Stability Test (CKCUEST)
 - Scapula Dyskinesia Test/Dynamic Scapular Movement Test (PDF)

Inhalte im Überblick

- Grundlagen: Anatomie und Biomechanik des Schulterkomplexes mit Glenohumeral-, Akromioklavikular-, Sternoklavikular- und skapulothorakalem Gelenk. Schwerpunkt liegt auf der geringen knöchernen Stabilität und der Abhängigkeit von muskulärer Zentrierung, skapulärer Stabilisation und sensomotorischer Kontrolle.
- Pathomechanismen: Detaillierte Darstellung typischer Störungen wie Skapuladyskinesien, Impingement-Syndrome und Instabilitäten. Der skapulohumerale Rhythmus (2:1-Verhältnis Humerus:Scapula) wird erklärt, ebenso Folgen seiner Störungen.
- Knochen und Gelenke: Beschreibung der vier beteiligten Gelenke und ihrer Interaktion. Bedeutung des Labrum glenoidale, um das instabile Größenverhältnis von Humeruskopf und Glenoid auszugleichen.
- Muskulatur: Fokus auf die Rotatorenmanschette als zentrales Zentrierungssystem sowie auf die Skapulastabilisatoren. Prinzip „Zentrierung vor Mobilisierung“. Folgen muskulärer Dysbalancen wie Superior Drift und Impingement.
- Kinetik: Präzise Darstellung der Translationsbewegungen, scapulohumeraler Rhythmus und scapulothorakale Bewegungen. Einführung der Muskelschlingen (kraniokaudal, transversal, obere und untere schräge Schlinge) und deren klinische Relevanz bei Dysfunktionen.

Hinweis

Dieser kostenfreie Kurs beinhaltet nur einen Teil des Originalkurses als Vorschau. Dieser kann auf <https://acadia-now.de/> käuflich erworben werden.