

Medienmitteilung vom 19. September 2011

ZHAW Departement Gesundheit

Winterthur, 19. September 2011

Physiobus hielt in Winterthur

Der physiobus tourt durch die Schweiz und machte am Montag, 19. September 2011, Halt in Winterthur. Dort war er zu Gast beim Institut für Physiotherapie des ZHAW Departements Gesundheit.

Dass Rückenschmerzen viele am eigenen Leibe kennen oder sich für Rückengesundheit interessieren, zeigte der grosse Besucherandrang beim physiobus des Schweizer Physiotherapie Verbands „physioswiss“. Interessierte konnten – etwa mit Balanceübungen oder Kraftmessungen – ihren Rücken testen, sich von Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten individuelle Ratschläge für einen gesunden Rücken geben lassen oder neu entwickelte, interaktive Therapiemethoden ausprobieren. «Mit dem physiobus zeigen Fachleute auf, dass die Physiotherapie nicht nur Therapie und Rehabilitation umfasst, sondern auch Prävention, Gesundheitsförderung, Beratung sowie Forschung», so Astrid Schämänn, Leiterin des Instituts für Physiotherapie an der ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

Bedeutung der Rückengesundheit

Rege diskutierten Physiotherapeutinnen, Sportlerinnen oder Politiker, was ein gesunder Rücken für eine gesundheitspolitische und volkswirtschaftliche Bedeutung hat. Der präventive Charakter der Physiotherapie wurde dabei herausgestrichen. «Vorbeugen ist besser als heilen», so der Winterthurer Stadtpräsident Ernst Wohlwend. „Alle präventiven Massnahmen haben jedoch einen schweren Stand, da man ihre Wirkung nicht so gut nachweisen kann.« Sarah Meier, Europameisterin im Eiskunstlauf, zählte bereits seit Anfang ihrer Karriere auf die Physiotherapie, um Verletzungen vorzubeugen: «Dies hat mir sehr geholfen, denn mein Körper ist mein Kapital. Man merkt erst, wenn man verletzt ist, wie angenehm es eigentlich vorher war.» Laut Jan Kool, Leiter Forschung & Entwicklung am ZHAW Institut für Physiotherapie, dient die Physiotherapie nicht nur Spitzensportlern: «Da die Bewegungsmuster in unserem Alltag sehr einseitig sind, brauchen wir einen Ausgleich. Die Physiotherapie kann hier eine wichtige Rolle spielen.»



Spielerisch den Rücken stärken

Menschen mit Rückenschmerzen können ihr Kreuz nicht mehr gut bewegen. Mit dem neuentwickelten Therapiesystem [ValedoMotion](#) können sie nun auf spielerische Art und Weise gezielte Rückenübungen durchführen. Auf den unteren Rücken des Patienten werden zwei Sensoren geklebt. Diese registrieren jede Bewegung und übertragen sie auf Übungen, die an einem Monitor gezeigt werden. Damit soll die Motivation bei der Rückentherapie gesteigert und der Therapieerfolg verbessert werden, so das Ziel von ValedoMotion. Dieses Therapiesystem wurde vom ZHAW Institut für Physiotherapie zusammen mit dem Praxispartner Hocoma entwickelt. ZHAW-Forscher Jan Kool erklärt: «Neue Studien zeigen, dass Patienten mit Rückenschmerzen unterschiedliche Probleme haben, zum Beispiel eine reduzierte Beweglichkeit oder ein schlechteres Bewegungsgefühl. Eine gezielte Physiotherapie ist deshalb sehr wichtig.»

Kontakt:

ZHAW Departement Gesundheit, Institut für Physiotherapie

Omega E. Huber, Organisatorin physiobus Standort Winterthur
Telefon 079 258 28 52, E-Mail omega-e.huber@zhaw.ch

Medienstelle

ZHAW Corporate Communications, Manuel Martin
Telefon 058 934 75 61, E-Mail manuel.martin@zhaw.ch