

# **Physiotherapie in der Orthopädie und Unfallchirurgie (Traumatologie)**

## **meist werden grundlegende körperliche Einschränkungen behandelt**

- Schmerzzustände
  - Bewegungseinschränkungen
  - Koordinations-, Kraftprobleme
- zur Anwendung kommen dabei die Techniken der manuellen Therapie (MT) und der myofaszialen Triggerpunkt Therapie für Gelenke und Muskulatur zur Schmerzlinderung, Mobilisation, Koordination und Kräftigung (Stabilisation).
  - diese werden durch das Einüben eines Heimprogramms erweitert

## **Darüber hinaus erfolgen Anleitungen für die alltagsrelevanten Aktivitäten**

- Haltungsschulung, Ergonomieberatung für Beruf und Freizeit, Sportberatung
  - Berufs-, Freizeit- und Sportartspezifische Übungsprogramme in verschiedenen Situationen
- Sitzen, Stehen, Gehen
  - Heben, Tragen
  - manuelle Tätigkeiten: Greifen, Halten, Manipulieren
  - allgemeines und spezielles Gleichgewichtstraining, auch unter Einsatz von verschiedenen Geräten, besonders zur Sportvorbereitung

## **Krankheitsbilder, die in die Fachbereiche der Orthopädie und Traumatologie fallen sind**

- akute oder chronische Rückenschmerzen: Cervicalsyndrom, Lumbalgie, Ischialgie, Instabilität, z.B. infolge von Bandscheibenproblemen
- Beschwerden der Muskeln, Sehnen und Gelenken, z. B. Arthrose
- Traumen wie Frakturen, Zerrungen, Luxationen
- Zustände nach Operationen, Ruhigstellung durch Gips oder Schienen