Buchrezension

## Sportrehabilitation

van Duujn A, Overberg JA. Rehabilitation von Sportverletzungen; 432 S. Thieme Verlag 2021; Preis: 89,99 €, ISBN 9783132426450

**Viele Fallbeispiele** Das Buch bietet Therapeuten aus vielen Bereichen des Leistungs- und Freizeitsports die Möglichkeit, von erfahrenen Klinikern zu lernen. Es gewährt durch den fallbezogenen Aufbau einen hohen Praxisbezug und wird gleichzeitig der Forderung nach evidenzbasiertem sportphysiotherapeutischem Clinical Reasoning und aktiver Rehabilitation gerecht. Die Autoren der verschiedenen Fälle leiten den Leser dabei unter Berücksichtigung von Wundheilungsphasen und individueller Belastbarkeit durch die Rehabilitation der einzelnen Sportler. Bis auf wenige Ausnahmen sind die Quellen der einzelnen Kapitel von hoher Qualität.

Nach einem theoretischen Kapitel über die Rehaplanung bei Sportlern folgen 19 Kapitel mit verschiedensten sportphysiotherapeutischen Fallbeispielen. Dabei erfolgt in den meisten Kapiteln die konkrete zielorientierte Behandlungsplanung anhand einer vorangegangenen Sportartanalyse und einer individuellen Befundaufnahme des verletzten Sportlers. Anschließend wird das konkrete Vorgehen der einzelnen Therapeuten anhand spezieller Tests, Trainingsmethoden und Übungen konkret und grafisch ansprechend dargestellt.

Das Buch stellt ein gelungenes praxisbezogenes Nachschlagewerk für alle sportphysiotherapeutisch tätigen Therapeuten dar. Einige Kapitel bieten darüber hinaus auch anderen Therapeuten außerhalb der genannten Zielgruppe Anregungen für ein spezifisches Übungsprogramm auf Basis einer fundierten Befunderhebung.

**Marco Maier, M.Sc., Sportwissenschaftler und selbstständiger Physiotherapeut aus Freiburg**

Buchrezension

## Tapen und Trainieren

Mogel S. Tapen und Trainieren – Muskuläre Defizite identifizieren und beheben, 320 S. Thieme Verlag 2019; Preis: 71,99 €, ISBN 9783132421097

Der Autor Stephan Mogel verspricht im Buch eine Hilfestellung für den therapeutischen und medizinischen Alltag – und genau das ist ihm gut gelungen. Es ist ideal, um die Wirkung von Kinesio-Tape genauer zu verstehen und das Übungsrepertoire zu erweitern. Das Werk liest sich locker, und die Übungen sind einfach zu verstehen.

Die Wirkungsweise von Kinesio-Tape und die Techniken fasst Mogel auf das Wesentliche zusammen. Zur Überprüfung der richtigen Tape-Anlage testet er die Beweglichkeit der Haut und prüft, ob mittels Hautverschieblichkeit die Bewegung verbessert werden kann. Allerdings müssen die Leser ein gewisses Maß an Vorwissen mitbringen, um die Identifizierung der Muskelschwäche zu befunden – Einsteiger werden sich hierbei schwertun.

Die fünf Kapitel stellt der Autor inhaltlich sehr anschaulich dar. Zahlreiche Abbildungen verdeutlichen das Vorgehen. Einer prägnanten Einleitung in die Anatomie in vivo folgen die möglichen Beschwerden, Tape-Applikationen und das Training. Die Übungsbeispiele steigern sich von leichten zu koordinativ schweren Übungen. Therapeuten können sie in jede Behandlung integrieren. Das beste Kapitel ist meiner Meinung nach das letzte. Der Autor beschreibt die zehn häufigsten Symptomkomplexe aus seiner Praxiserfahrung mit Tape-Applikation und den passenden Übungen.

**Fazit**: Insgesamt ist das Buch ein perfekter Begleiter im Alltag von Physiotherapeuten, um muskuläre Defizite zu identifizieren und zu wissen, wie man diese behandelt. Ein rundum empfehlenswertes Buch.

**Jana Federsel, Physiotherapeutin aus Stuttgart**

Medientipp

## Therapiebegleiter

Ofa Bamberg. Fokus Hand – Patienteninformation. Bamberg: 2021; 28 S., kostenlos

Um Patienten bestmöglich darin zu unterstützen, ihre Übungen korrekt durchzuführen und Empfehlungen zu verinnerlichen, habe ich in Zusammenarbeit mit Ofa Bamberg Patienteninformationen zu verschiedenen handtherapeutischen Krankheitsbildern erstellt. Kurz und verständlich erklären sie die medizinischen Hintergründe zu verschiedenen Erkrankungen und erläutern unterschiedliche Behandlungsoptionen.

Die neue Patienteninformation „Fokus Hand“ nimmt Sehnenscheidenentzündung, Karpaltunnelsyndrom und Handgelenksarthrose in den Blick. Neben Informationen zu Ursachen, Symptomen und Behandlung

Elektronischer Sonderdruck zur persönlichen Verwendung



Praxis Handreha 2021; 2: 198–199 | © 2021. Thieme. All rights reserved.

stellt die Broschüre auch Alltagstipps und Übungen vor. Letztere können auf www.ofa.de/hand zusätzlich als Video angesehen werden. So kann die Therapie auch zu Hause weitergehen.

Neben „Fokus Hand“ sind bereits 2 weitere Broschüren erschienen: „Fokus Ellenbogen“ zum Thema Tennis- und Golferarm sowie „Fokus Daumen“ zu Rhizarthrose und Skidaumen. Alle 3 sind kostenfrei über den Ofa Bamberg Kundenservice erhältlich: kundenservice@ofa.de, Tel. 0951 6047333.

**QR-CODE ZUM PROGRAMM**

Die digitale Broschüre kann mit diesem QR-Code heruntergeladen werden.

**Carina Jensen, Ergotherapeutin in eigener Praxis, zertifizierte Handtherapeutin**

## Veranstaltungen

**MEDICA Physico Conference**
15.–18. November 2021, Düsseldorf
https://www.medica.de/

**TheraPro Stuttgart**
28.–30. Januar 2022, Stuttgart
https://www.messe-stuttgart.de/therapro/

**6. Winterthurer Ergo-Gipfel**
5. März 2022, Winterthur (Schweiz)
www.zhaw.ch/de/gesundheit/institute-zentren/ier/winterthurer-ergo-gipfel/

**Therapie Leipzig**
24.–26. März 2022, Leipzig
https://www.therapie-leipzig.de/

**FIBO**
7.–10. April 2022, Köln
https://www.fibo.com/de/

**61. DAH-Symposium**
21.–23. April 2022, Bozen (Italien)
https://dah.at/symposium-2022/

**Drei-Länder-Tagung des VFWG**
5.–6. Mai 2022, Bern (Schweiz)
www.bfh.ch/de/aktuell/veranstaltungen/drei-laender-tagung-des-vfwg/

**ÖGH Klausurtagung**
6.–7. Mai 2022, Graz (Österreich)
www.handchirurgen.at/home.html

**OT World**
10.–13. Mai 2022, Leipzig
https://www.ot-world.com/

**Bundeskongress Physiotherapie**
13.–14. Mai 2022, Bad Soden am Taunus
https://physiocongress.de/bundeskongress/

**15. IFSSH- & 27. FESSH-Kongress**
6.–10. Juni 2022, London (Großbritannien)
http://ifssh2022.com/

**ABSAGE VON VERANSTALTUNGEN WEGEN DER CORONA-PANDEMIE**

Bitte prüfen Sie, ob alle hier angekündigten Veranstaltungen wie geplant stattfinden.

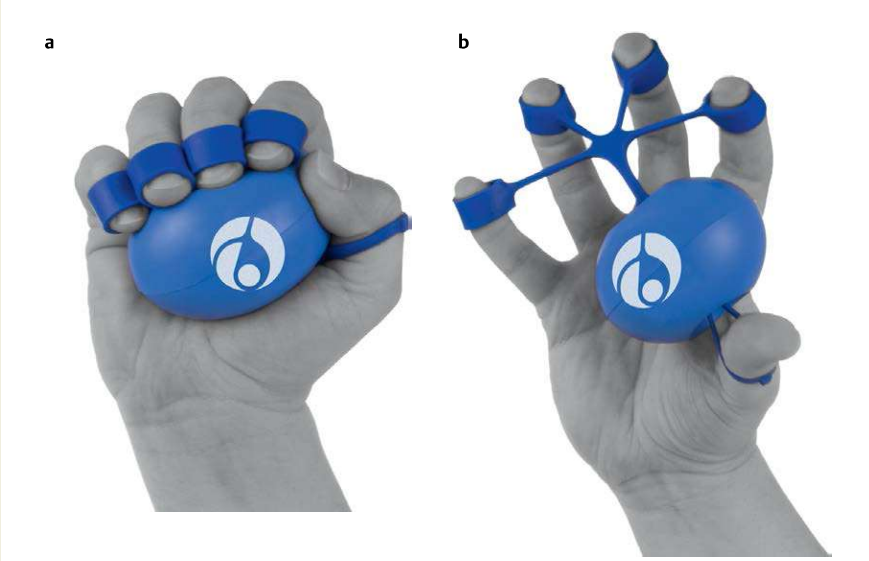
Elektronischer Sonderdruck zur persönlichen Verwendung

Produktforum

## Individuell angepasstes Handkrafttraining mit dem HandMultiMaster

Nach Sportverletzungen der Hand ist die Kräftigung der Handmuskulatur oftmals Voraussetzung, um wieder am Training teilnehmen zu können. Der *HandMultiMaster* ist ein variabel einsetzbares Trainingsgerät für das Handkrafttraining, das die Steigerung der Widerstandskraft in sechs Schritten ermöglicht. So wird die optimale Anpassbarkeit an die jeweilige Handkraft gewährleistet. Das ergonomisch geformte Schaumstoff-Ei dient dem gezielten Aufbau der Handbeugekraft (▶ **Abb. 1a**), der darin integrierte Expander der Kräftigung der Hand- und Fingerstreckmuskulatur (▶ **Abb. 1b**). Gleichzeitig fördern die Übungen die koordinativen und feinmotorischen Fähigkeiten der Hand. Nähere Informationen unter www.premium-therapie.de.

**Nach Angaben des AFH-Webshop**




▶ **Abb. 1** Der Fingerexpander ist in sechs verschiedenen Widerständen erhältlich, was eine Anpassung des Handkrafttrainings an den jeweiligen Trainingszustand ermöglicht. (Quelle: © AFH-Webshop [rerif])