



In Österreich werden pro Jahr rund 10.000 künstliche Kniegelenke und 16.000 Hüftgelenke implantiert. Eine Untersuchung am Medizinischen Zentrum Bad Vigaun zeigt, wie wichtig das Timing der Rehabilitation nach der Operation für einen positiven Verlauf des Genesungsprozesses ist.



Viele Argumente sprechen für frühe Reha

Ein kaputtes Kniegelenk belastet. Die Patienten haben starke Schmerzen, sind in ihrer Mobilität eingeschränkt und müssen auf sportliche Aktivitäten verzichten. Wenn sich die Probleme mit konventionellen Therapien nicht mehr bessern, ist eine Operation notwendig. Rund 10.000 Menschen in Österreich bekommen pro Jahr ein künstliches Kniegelenk. Doch mit der Operation ist es nicht getan. Es braucht eine zielgerichtete Rehabilitation, um Funktionalität, Gleichgewicht, Koordination und Stabilität wiederzugewinnen. Wann ist der richtige Moment, um mit der Rehabilitation zu beginnen? Startet man zu früh, ist die Wunde noch nicht verheilt. Wartet man zu lange, verstreicht wertvolle Zeit ungenutzt, die später zu Defiziten bei Gleichgewicht, Koordination oder Stabilität führt.

Alles aus einer Hand

Das Medizinische Zentrum Bad Vigaun hat eine renommierte Privatklinik und ein modernes Rehabilitationszentrum unter einem Dach. Es hat damit ideale Voraussetzungen, um eine wissenschaftlich fundierte Antwort auf die Frage des optimalen Zeitpunkts zu liefern. Die Sportwissenschaftlerin Eva-Maria Hofbauer führte mit den Fachleuten im Medizinischen Zentrum Bad Vigaun eine Studie zu dieser Frage durch.

Bessere Beweglichkeit, schöneres Gangbild

Insgesamt haben 48 Patientinnen und Patienten an der Studie teilgenommen. Eine Gruppe begann in den ersten 25 Tagen nach der Operation mit der Rehabilitation, die andere startete – wie derzeit allgemein üblich – später als 25 Tage nach dem Eingriff. Im ersten Teil der Studie wurde vor und nach dem dreiwöchigen Reha-Aufenthalt im Medizinischen Zentrum Bad Vigaun gemessen, wie weit sich das operierte

Knie beugen und strecken lässt. Untersucht wurden auch die Kraft, das Gleichgewicht, das Gangbild, die körperliche Aktivität und die gesundheitsbezogene Lebensqualität. Es zeigte sich, dass der frühe Beginn

Vorteile hat. Die Patienten, die rund zehn Tage nach der Operation mit der Rehabilitation begonnen haben, hatten bei Kniebeugung, Kniestreckung, Gleichgewicht und Schrittlänge bessere Werte. Geht es um den Aufbau von Maximalkraft, ist ein späterer Reha-Zeitpunkt günstig. In der Folgeuntersuchung ein Jahr später zeigte sich, dass sich die Unterschiede zwischen den beiden Patientengruppen zum Teil sogar verstärkten: Die erste Gruppe hatte signifikant bessere Werte bei Gleichgewicht und Gangbild als die spätere Gruppe. Bei der Maximalkraft lagen beide Gruppen ein Jahr nach der Operation auf ähnlichem Niveau.

Schneller wieder fit im Alltag

Angesichts dieser Ergebnisse spricht vieles für einen frühen Beginn der Rehabilitation. Eine schnelle Rückkehr in die Selbstständigkeit und den Arbeitsalltag ist dabei nicht nur für den einzelnen Patienten wichtig. Das gesamte Gesundheitssystem profitiert, wenn Patienten, die eine Knie-Totalendoprothese oder eine künstliche Hüfte bekommen, rasch und dauerhaft wieder mobil, selbstständig und fit sind.



Medizinisches Zentrum Bad Vigaun

Tel.: +43(0)6245/8999-0

info@badvigaun.com, www.badvigaun.com





© KMK / Behrendt & Rausch

REHAB 2019 in der Messe Karlsruhe

Zum 20. Mal können sich Reha-Fachleute sowie Menschen mit Handicap und ihre Angehörigen vom 16. bis 18. Mai auf der REHAB über neue Trends und Entwicklungen für Rehabilitation, Therapie, Pflege und Inklusion informieren und beraten lassen.

Zwei barrierefreie Messehallen, Aktionshalle und Freigelände der Messe Karlsruhe sind maximal gefüllt, um das qualitativ hochwertige und informative Angebot zu präsentieren. Die Gesamtfläche der Messe ist um rund 14 Prozent auf 40.000 Quadratmeter gewachsen, genug Platz für 450 Aussteller aus 20 Ländern sowie etwa 18.000 Besucher, die zur REHAB erwartet werden.

In diesem Jahr bereichern viele Erstausssteller die Messe, wie etwa die HERNIK GmbH, die Pohlig GmbH, HASE BIKES, der niederländische Rollstuhlhersteller Life & Mobility GmbH und die Allied Vehicles Group aus Großbritannien. Um eine schnelle Orientierung und den Austausch untereinander zu fördern, gliedert sich das Angebot in thematische Marktplätze.

Mit circa 140 Vorträgen bietet die REHAB zudem ein umfangreiches fachliches und informatives Vortragsprogramm, das von der ZNS - Hannelore Kohl Stiftung, dem hw-studio weber mit der Fachzeitschrift „not“, der Internationalen Fördergemeinschaft rehaKIND e. V. sowie kompetenten Ausstellern gestaltet wird. Erstmals organisiert der Deutsche Schwerhörigenbund Landesverband Baden-Württemberg e.V. zusammen mit dem Cochlea Implantat Verband Baden-Württemberg e.V. ein Vortragsprogramm für den Themenpark Hören. Für Therapeuten, Fachhändler und beruflich Pflegenden bietet das Reha-Netzwerk ROLLETS zum ersten Mal Intensiv-Workshops zu Themen der Rollstuhl- und Hilfsmittelversorgung an. Auf dem Marktplatz „Homecare und Pflege“ gibt es für die Besucher in diesem Jahr individuelle und praxisnahe Vorführungen von Produkten der ambulanten Pflege und außerklinischen Intensivversorgung. ::

Weitere Informationen gibt es unter:
www.rehab-karlsruhe.com und
www.facebook.com/rehabkarlsruhe

REHAB[®]
Rehabilitation | Therapie | Pflege | Inklusion
MESSE KARLSRUHE
16. – 18. Mai 2019

Entgeltliche Einschaltung

DREI FRAGEN AN DIE EXPERTEN



Gruber Michael

Mag. Dr. Josef Sturm,
therapeutischer Leiter
des Medizinischen
Zentrums Bad Vigaun

Im Medizinischen Zentrum Bad Vigaun arbeitet ein renommiertes Team von Fachärzten eng vernetzt mit den Therapeuten und Pflegekräften des Kur- und Rehabilitationszentrums zusammen. Was sagen die Spezialisten zum Thema früher oder späterer Antritt der Rehabilitation nach einer Knie-Totalendoprothese?

Was bedeuten die Studienergebnisse aus sportwissenschaftlicher Sicht?



Gruber Michael

Mag. Eva-Maria Hofbauer,
Sportwissenschaftlerin am
Medizinischen Zentrum
Bad Vigaun

Die Studie bestätigt, was wir in unserer täglichen Praxis mit den Patienten sehen. Jene Menschen, die früher angefangen haben, sind beim Gangbild und beim Gleichgewicht besser. Sie sind auch insgesamt zufriedener. Die Maximalkraft darf man zum frühen Zeitpunkt noch nicht intensiv trainieren. Diese Defizite holen die Patienten aber sehr rasch auf, wenn die Wundheilung abgeschlossen ist. Das Geheimnis einer guten Rehabilitation ist, Belastungen zu schaffen, aber Überbelastungen zu vermeiden.

Was leiten Sie aus orthopädischer Sicht aus der Studie ab?



Franz Neumayr

Primar Dr. Hildebert Hutt,
Chirurg, Orthopäde und
ärztlicher Leiter des
Rehabilitationszentrums
des Medizinischen
Zentrums Bad Vigaun

Eine Rehabilitation ist für unsere Patienten immer wichtig. Jene, die früher beginnen, profitieren langfristig aber deutlich mehr. Gerade für die Koordination ist es wichtig, das Gelenk möglichst früh wieder zu aktivieren. Wenn man länger zuwartet, besteht die Gefahr, sich ein falsches Gangbild anzugewöhnen. Auch das spricht für einen möglichst frühen Beginn. Ich bin überzeugt, dass die Ergebnisse nicht nur für Patienten mit einem künstlichen Knie gelten, sondern dass sie auf Patienten, die eine künstliche Hüfte implantiert bekommen haben, übertragbar sind.

Was sagen Sie aus Sicht der physikalischen Medizin zu den Ergebnissen?



Gruber Michael

Univ.-Prof. Mag. Dr. Anton Wicker, MSc,
Facharzt für physikalische
Medizin und allgemeine
Rehabilitation, Facharzt
für Rheumatologie
und Facharzt für
Sportheilkunde im
Medizinischen Zentrum
Bad Vigaun

Ich halte viel von einem frühen Beginn. Das Gehirn verlernt unheimlich rasch Bewegungen, wenn es nicht belastet wird. Deshalb ist es unser Ziel, so schnell wie möglich Bewegungsmuster unter angepasster Belastung zu trainieren. Nach etwa drei Wochen ist die Wundheilung so weit fortgeschritten, dass man mit Unterwassertherapie anfangen kann. Unter Wasser ist der Körper entlastet, man kann beispielsweise das Gangbild schulen. Mir ist eine ganzheitliche Betrachtung wichtig: Das Knie ist nur ein Teil der gesamten Bewegungskette, wir müssen mit der Gesamtbewegung arbeiten. ::