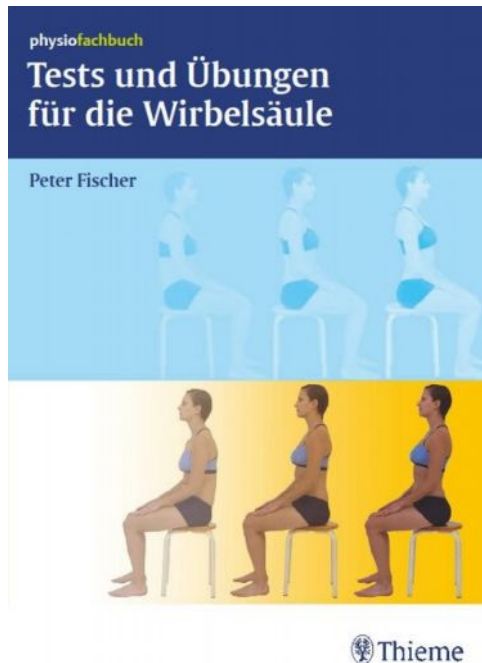


Buchtipps: Tests und Übungen für die Wirbelsäule



Haltung bewahren

Peter Fischer ist ein akribischer und gewissenhafter Kliniker. Diese Eigenschaften spiegeln sich auch im physiofachbuch „Tests und Übungen für die Wirbelsäule“ wider.

Auf 207 Seiten geht es um die Wirbelsäule und primär um eine gesunde Haltung. Das Buch - eine Art Physio-Assistent für die Praxis - ist in 13 Kapitel unterteilt, wobei die Tests, die Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit der Wirbelsäule und der sogenannte „Navi“ einen Hauptstellenwert einnehmen.

Jeder kennt die Situation: Wir geben den Patienten Heimübungen, aber oft fehlen uns die Instrumente, die Effektivität der Behandlungsergebnisse zu verifizieren. Viel wichtiger ist jedoch: Wie können die Patienten selber überprüfen, ob die Übungen effizient sind?

Genau hier schließt Peter Fischer eine Wissenslücke. Tests, Übungen und Übungsalternativen sind in direkter Patientenansprache geschrieben. Das erleichtert den Lesern (und den Patienten), sich in die jeweilige Situation hineinzusetzen.

Der „Navi“ (S. 156) bietet einen schnellen Einstieg, um sich mit den Inhalten des Buches vertraut zu machen. Was zunächst wie ein Rezeptbuch anmutet, ist gerade für Berufsanfänger eine wertvolle Alternative, damit sie die Beschwerden der Patienten besser verstehen, und gibt einen ersten Ansatzpunkt zur Therapie. Die Therapeuten können den Körperbereich auswählen, in dem die Beschwerden liegen. Jeder möglichen funktionellen Beschwerdeursache sind dann Tests und Übungen zugeordnet. Das ist Bedienerfreundlichkeit!

Wer trotz der Lektüre des Buches noch unsicher ist, dem sei der Kurs „Wirbelsäulen-Fitness-Check“ (www.physio-verband.de/termine-fortbildungen/fortbildungen/detail/fortbildung/wirbelsaeulen-fitness-check-5.html) empfohlen. Hier lernen Physiotherapeuten, wie Tests und Übungen des Buches praktisch ausgeführt werden.

Fazit: Ein Buch für Physiotherapeuten, um Tests und Übungen für die Wirbelsäule effektiv in ihrer Praxis einzusetzen sowie für Patienten, die aktiv an ihrer Haltung arbeiten und ihren Behandlungsverlauf kontrollieren wollen.

Viel Spaß beim Üben!

Dr. Claus Beyerlein, Physiotherapeut und Diplom- Sportwissenschaftler, Ulm