

Nach dem Schlaganfall: Gibt es eine Form der Krankengymnastik, die zu mehr Selbstständigkeit verhilft?



Bisher weiß man nicht, ob eine bestimmte Form der Krankengymnastik (Physiotherapie) anderen überlegen ist. Eine Kombination physiotherapeutischer Behandlungen mit dem Ziel, bestimmte Tätigkeiten wie zum Beispiel das Gehen wiederzuerlernen, kann aber helfen, wieder selbstständiger zu werden.

Bisher weiß man nicht, ob eine bestimmte Form der Krankengymnastik (Physiotherapie) anderen überlegen ist. Eine Kombination physiotherapeutischer Behandlungen mit dem Ziel, bestimmte Tätigkeiten wie zum Beispiel das Gehen wiederzuerlernen, kann aber helfen, wieder selbstständiger zu werden.

Bei einem Schlaganfall (auch als "Hirnschlag" bezeichnet) wird ein Teil des Gehirns dadurch geschädigt, dass seine Durchblutung unterbrochen wird. Ein Schlaganfall kann durch ein Blutgerinnsel entstehen, das sich in einem anderen Teil des Körpers gebildet hat. Dies kann durch den Blutkreislauf ins Gehirn wandern und dort ein Gefäß blockieren. Auch Veränderungen in der Wand einer Arterie können zu einem Gefäßverschluss führen. Seltener wird ein Schlaganfall durch eine Blutung im Gehirn ausgelöst (Hirnblutung). Die Ursache kann sein, dass Blut ins Gewebe austritt, zum Beispiel, wenn ein Blutgefäß reißt.

Ein Schlaganfall kann zu Lähmungen in Teilen des Körpers führen oder auch zu Störungen verschiedener Körperfunktionen, zum Beispiel zu Sprachstörungen. Ungefähr einer von 1000 Menschen bekommt in seinem Leben einen Schlaganfall, meistens in höherem Alter. Bei Menschen über 85 Jahre liegt das Risiko für einen Schlaganfall bei 2 % (zwei von hundert).

Krankengymnastik ist für Menschen, die einen Schlaganfall erlitten haben, ein wichtiger Teil der Rehabilitation und langfristigen Bewältigung der Krankheitsfolgen. Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten zielen mit ihren Behandlungen darauf ab, die Beweglichkeit und Selbstständigkeit zu verbessern. Dabei gibt es für spezielle Probleme eine eigene Behandlung: Beispielsweise die unterstützende Laufbandtherapie, mit der Menschen das Laufen wiedererlernen sollen, oder spezielle Übungen oder Maschinen, die helfen sollen, das Gleichgewicht zu verbessern. Eine weitere physiotherapeutische Behandlung stellt die "einschränkungsinduzierte Bewegungstherapie" dar. Dabei wird der vom Schlaganfall nicht betroffene Arm stillgelegt, damit die Patientin oder der Patient die schwächere Körperseite nutzt beziehungsweise trainiert.

Neben den speziellen Behandlungen, die Menschen helfen sollen, ihre Einschränkungen so weit wie möglich rückgängig zu machen, gibt es in der Schlaganfallrehabilitation weitere physiotherapeutische Herangehensweisen. Dazu gehört der "neurophysiologische Ansatz". Dabei behandelt die Physiotherapeutin oder der Physiotherapeut den Menschen, indem er dessen Gliedmaßen auf bestimmte Art und Weise

bewegt. Ein zweiter bedeutender Ansatz ist das motorische Lernen, bei dem der oder die Betroffene Handlungen übt, die ihm oder ihr schwer fallen. Der dritte große Ansatz ist die orthopädische Krankengymnastik, bei der man lernt, die gelähmte Seite mit Hilfe der unbeeinträchtigten Seite auszugleichen. Welche Behandlung im Einzelfall angewandt oder empfohlen wird, kann sich stark unterscheiden, je nachdem wer die Behandlung gestaltet.

Der Behandlungsplan kann einen einzelnen oder eine Kombination dieser Ansätze vorsehen. Manche beinhalten eine Vielfalt an Behandlungen. So wie sich die Behandlung von Physiotherapeut zu Physiotherapeut unterscheidet, unterscheidet sie sich auch von Land zu Land. Beispielsweise zeigt eine Studie, dass die Schlaganfallprogramme in Großbritannien und Belgien mehr Bewegungsübungen vorsehen können als deutsche und schweizerische.

Um festzustellen, ob ein bestimmter physiotherapeutischer Ansatz wirksamer ist als andere, analysierten Forscherinnen und Forscher der Cochrane Collaboration 21 klinische Studien, in denen diese Behandlungsformen bei Schlaganfallpatienten einzeln oder in Kombination angewendet wurden. Da die einzelnen Studien klein waren, gibt es nicht für jede einzelne Therapieform ausreichend wissenschaftliche Nachweise. Bei der Analyse der Studien konzentrierten sich die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler darauf, wie gut die Behandlungen das Gleichgewicht, die Kraft, das Gehvermögen und den Grad der Selbstständigkeit verbesserten.

Die Studien lieferten keine Informationen dazu, was die Patientinnen und Patienten sowie ihre Betreuer von der Behandlung halten, sodass unklar bleibt, welche Form der Physiotherapie sie bevorzugen. Es gibt auch keine genauen Informationen darüber, ob bestimmte Personengruppen von manchen Behandlungen mehr profitieren als von anderen. So wäre denkbar, dass sie bei jüngeren und älteren Menschen unterschiedlich wirken.

Die Behandlungen und die Studienteilnehmenden waren zu unterschiedlich, um Aussagen darüber zu machen, welche Therapie am besten wirkt und ob bestimmte Therapien auch schädlich sein können. Allerdings gibt es aus einigen Studien Hinweise, dass Physiotherapie, die auf einer Kombination unterschiedlicher Behandlungsansätze basiert, zu mehr Selbstständigkeit verhelfen könnte.

Eine andere Behandlungsform in der Schlaganfallrehabilitation ist die Ergotherapie. Sie soll Menschen dabei helfen, Alltagstätigkeiten wieder zu erlernen. Sie können hier ([URL: http://www.gesundheitsinformation.de/index.316.de.html](http://www.gesundheitsinformation.de/index.316.de.html)) mehr über Ergotherapie lesen.

Glossar

Cochrane Collaboration

Die Cochrane Collaboration ist ein internationaler Zusammenschluss von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern, die sich zusammengetan haben, um in einzelnen Teams ("Cochrane Review Groups") zu medizinischen Fragen sogenannte systematische Übersichten (Reviews) zu erstellen, mit deren Hilfe wissenschaftlich begründete Aussagen über die Wirksamkeit medizinischer Therapien möglich werden. Zu diesem Zweck haben die Mitglieder der Cochrane Collaboration Methoden entwickelt, um systematisch und umfassend die verfügbaren Informationen über klinische Studien und die Wirksamkeit medizinischer Maßnahmen zu sammeln. Das Ziel der Cochrane Collaboration ist es, Ärztinnen, Ärzten, Patientinnen und Patienten wissenschaftlich fundierte Hilfen für informierte Entscheidungen zur medizinischen Versorgung zu geben und somit medizinische Entscheidungen insgesamt zu verbessern. Die deutsche Internetadresse der Cochrane Collaboration, auf der sich die Organisation selbst vorstellt, lautet www.cochrane.de.

Physiotherapeuten

Physiotherapeutinnen und -therapeuten üben einen anerkannten medizinischen Beruf aus, der aber keine medizinisch-akademische Ausbildung, wie z.B. ein Medizinstudium, voraussetzt. Sie haben eine dreijährige Ausbildung zu absolvieren, während der sie auch medizinische Grundlagen lernen. Sie dürfen aber keine medizinischen Diagnosen stellen, sondern wenden die verschiedenen Therapieformen auf Grundlage der Diagnose und Anweisung einer Ärztin oder eines Arztes an. Physiotherapeutinnen und -therapeuten nutzen vor allem sogenannte physikalische Maßnahmen wie die Krankengymnastik, Massagetherapie, Ultraschall oder Lichttherapie u.a.

Schlaganfall

Ein Schlaganfall (auch Gehirnschlag oder Apoplex – griechisch: „niederschlagen“) ist eine akute Erkrankung, bei der das Gehirn nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt wird. Ursache ist in den meisten Fällen ein eingeschwemmtes Blutgerinnsel, das Gefäße des Gehirns verschließt. Seltener kann auch eine Gehirnblutung zu einem Schlaganfall führen. Je nachdem, welche Gehirnregion betroffen ist, kann es zu Lähmungen einer

Körperhälfte oder Teilen davon, Ausfällen der Gesichtsnerven, Sehstörungen, Gleichgewichtsproblemen und massiven Sprachstörungen kommen. Ein Schlaganfall ist ein Notfall: Die betroffenen Regionen des Gehirns müssen schnellstmöglich wieder mit Sauerstoff versorgt werden, um zu vermeiden, dass weiteres Gehirngewebe abstirbt. Das Risiko für einen Schlaganfall ist bei älteren Menschen, Menschen mit hohem Blutdruck oder chronischen Gefäßverkalkungen erhöht.

Therapie

Als Therapie (von „therapeia“, griechisch: Pflege, Heilung) wird in der Medizin die Behandlung von Krankheiten, einzelnen Beschwerden oder Verletzungen bezeichnet. Genauer sind damit die einzelnen Maßnahmen zur Behandlung einer Erkrankung gemeint. Diese Maßnahmen umfassen beispielsweise eine Änderung der Ernährungsweise, die Einnahme von Medikamenten, Operationen oder Krankengymnastik. Das Ziel einer Therapie ist Heilung oder zumindest eine Verbesserung der Beschwerden.

Quellen

De Wit L, Putman K, Lincoln N, Baert I et al. Stroke rehabilitation in Europe: what do physiotherapists and occupational therapists actually do? *Stroke* 2006; 37: 1483-1489. [Volltext (URL: <http://stroke.ahajournals.org/cgi/content/full/37/6/1483>)]

Pollock A, Baer G, Pomeroy V, Langhorne P. Physiotherapy treatment approaches for the recovery of postural control and lower limb function following stroke. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2007, Issue 2. [Cochrane-Zusammenfassung (URL: <http://www.cochrane.org/reviews/en/ab001920.html>)]

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.