

# Inhaltsverzeichnis

## Rehaplanung

<b>1</b>	<b>Rehaplanung bei Sportlern</b> .....	19			
	<i>Arjen van Duijn</i>				
<b>1.1</b>	<b>Einleitung</b> .....	19	<b>1.4</b>	<b>Schritt 3: Erstellen des kriterienorientierten Rehaplans</b> .....	25
<b>1.2</b>	<b>Schritt 1: Bestimmung Istzustand (Assessment)</b> .....	20	1.4.1	Stufe 1 – pathobiologische Mechanismen (Akutphase) .....	25
1.2.1	Patientenspezifische Information .....	20	1.4.2	Stufe 2 – Beweglichkeit/Stabilität (Proliferationsphase) .....	25
1.2.2	Biomechanische Belastbarkeit der Struktur .....	20	1.4.3	Stufe 3a – Belastbarkeitssteigerung in den konditionellen Faktoren Kraft, Koordination, Ausdauer und Beweglichkeit .....	25
1.2.3	Aktivitätsniveau .....	21	1.4.4	Stufe 3b – Transfer .....	26
1.2.4	Psychische Faktoren .....	21	1.4.5	Stufe 4 – vielseitig zielgerichtet .....	27
1.2.5	Wundheilung .....	21	1.4.6	Stufe 5 – RTP und sportspezifische Leistungsfähigkeit .....	27
<b>1.3</b>	<b>Schritt 2: Erstellen des zeitbasierten Rehaplans</b> .....	22	1.4.7	Stufe 6 – RTC und Leistungsfähigkeit .....	28
1.3.1	Zustand vor der Verletzung .....	22	1.4.8	Erforderliche Anpassungen .....	28
1.3.2	Sport-(art-)spezifische Informationen .....	22			
1.3.3	Analyse des Trainingsplans .....	23			
1.3.4	Sollwerte bestimmen .....	24			

## Kopf

<b>2</b>	<b>Gehirnerschütterung bei einer Eishockeyspielerin</b> .....	33			
	<i>Mario Bizzini</i>				
<b>2.1</b>	<b>Sportartanalyse Eishockey</b> .....	33	<b>2.4</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....	40
<b>2.2</b>	<b>Die Sportlerin</b> .....	33	2.4.1	Vestibuläre/okulomotorische Rehabilitation .....	40
2.2.1	Gehirnerschütterung .....	33	2.4.2	Rehabilitation der Halswirbelsäule .....	41
<b>2.3</b>	<b>Rehaplanung</b> .....	35	2.4.3	Spezifisches Ausdauertraining .....	43
2.3.1	Vestibular ocular Motor Screening .....	36	2.4.4	Sportartspezifisches Training .....	43
2.3.2	Modifiziertes Balance-Error-Screening-System .....	37	<b>2.5</b>	<b>Abschluss</b> .....	44
2.3.3	Computergestützte dynamische Posturografie .....	37	<b>2.6</b>	<b>Zusammenfassung</b> .....	45
2.3.4	Evaluation der Halswirbelsäule .....	38	<b>2.7</b>	<b>Danksagung</b> .....	46
2.3.5	Ausdauer-test: Stufentest .....	39			

## Wirbelsäule und Becken

<b>3</b>	<b>Akute lumbale Rückenbeschwerden bei einer Volleyballspielerin</b> .....	49		
	<i>Harald Bant, Rachele Dahlmans, Erwin Jansen</i>			
<b>3.1</b>	<b>Sportartanalyse Volleyball</b> .....	49	<b>3.6</b>	<b>Stufe 4: Analyse</b> .....
				63
3.1.1	Analyse auf der Partizipationsebene .....	49	3.6.1	Prognose .....
3.1.2	Analyse auf der Aktivitätsebene .....	49	3.6.2	Wie geht es jetzt weiter? .....
3.1.3	Analyse auf der Funktionsebene .....	50	3.6.3	Zusammenfassung .....
				66
<b>3.2</b>	<b>Physiotherapeutischer Qualitätszyklus</b> .....	50	<b>3.7</b>	<b>Stufe 5: die physiotherapeutische Diagnose</b> .....
				67
<b>3.3</b>	<b>Stufe 1: Anmeldung</b> .....	50	<b>3.8</b>	<b>Stufe 6: Erstellen des Behandlungsplanes</b> .....
				67
<b>3.4</b>	<b>Stufe 2: Anamnese</b> .....	51	3.8.1	Physiotherapeutische Maßnahmen .....
				68
3.4.1	Hauptproblem der Patientin .....	51	<b>3.9</b>	<b>Stufe 7: Behandlung und Stufe 8: Evaluation</b> .....
3.4.2	Erwartung/Hilfesuch der Patientin .....	51		68
3.4.3	Befundschemata (body chart) .....	52	3.9.1	Erste physiotherapeutische Behandlung ..
3.4.4	Symptombereich .....	53	3.9.2	Vierte physiotherapeutische Behandlung ..
3.4.5	Verlauf über 24 Stunden .....	53	3.9.3	Zehnte physiotherapeutische Behandlung ..
3.4.6	Aktuelle Anamnese .....	54		74
3.4.7	Verletzungsgeschehen .....	54	<b>3.10</b>	<b>Stufe 9: Abschluss der Behandlung</b> .....
3.4.8	Spezielle Untersuchungen und Fragebögen ..	54		78
3.4.9	Kontraindikationen .....	56	3.10.1	Evaluation .....
			3.10.2	Erste-Hilfe-Set für Mia .....
<b>3.5</b>	<b>Stufe 3: körperliche Untersuchung</b> .....	57	3.10.3	Präventionsprogramm für Mia .....
			3.10.4	Evaluation der Patientenzufriedenheit ..
3.5.1	Inspektion .....	57		79
3.5.2	Der aktivitätsorientierte Funktionstest ..	57		
3.5.3	Funktionsprüfung .....	59		
3.5.4	Funktionelle Instabilitätstests .....	60		
3.5.5	Ergänzende Tests .....	62		
<b>4</b>	<b>Vorderkantenfraktur LWK 5 bei einer Voltigiererin</b> .....	82		
	<i>Pascale Gränicher</i>			
<b>4.1</b>	<b>Sportartanalyse Voltigieren</b> .....	82	4.3.2	Stufe 1: Basiskonditionierung – Koordination und Stabilität .....
				89
4.1.1	Sportartbestimmende Faktoren .....	82	4.3.3	Stufe 2: Belastungssteigerung und Krafttraining (progressiver Overload) .....
4.1.2	Periodisierung .....	82		92
<b>4.2</b>	<b>Die Sportlerin</b> .....	83	4.3.4	Stufe 3: sportartspezifischer Transfer zurück ins Training .....
				94
4.2.1	Verletzungsgeschehen .....	83	4.3.5	Stufe 4: sportartspezifische Anpassungsfähigkeit – zurück in den Wettkampf .....
4.2.2	Ärztliche Verordnung .....	86		95
4.2.3	Subjektives Hauptproblem .....	86	4.3.6	Return to Play .....
4.2.4	Erstbefund: 8 Wochen nach dem Trauma ..	86		96
4.2.5	Zusammenfassung .....	88	<b>4.4</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....
4.2.6	Physiotherapeutische Zielsetzung .....	89		97
<b>4.3</b>	<b>Rehaplanung</b> .....	89	4.4.1	Ausschnitt Therapiesitzung 11. Woche ..
			4.4.2	Ausschnitt Therapiesitzung 15. Woche ..
4.3.1	Allgemeine Überlegungen .....	89	4.4.3	Therapiesitzung 19. Woche .....
			4.4.4	Therapiesitzung 23. Woche .....
				101
			<b>4.5</b>	<b>Abschluss</b> .....
				102

<b>5</b>	<b>Schambeinentzündung und Leistenschmerzen bei einem Eishockeyspieler</b> .....	104		
	<i>Hannspeter „Hape“ Meier</i>			
<b>5.1</b>	<b>Der Sportler</b> .....	104	<b>5.3</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....
5.1.1	Anamnese. ....	104	5.3.1	Medizinische Trainingstherapie .....
5.1.2	Untersuchung .....	104	5.3.2	REHAPE-Slingtrainer. ....
			5.3.3	Return to Sport .....
<b>5.2</b>	<b>Rehaplanung</b> .....	107	<b>5.4</b>	<b>Abschluss</b> .....
<b>6</b>	<b>Schambeinfraktur bei einem Radfahrer</b> .....	114		
	<i>Stefan Mair</i>			
<b>6.1</b>	<b>Sportartanalyse Radfahren</b> .....	114	6.4.2	4. Therapiesitzung. ....
6.1.1	Periodisierung .....	115	6.4.3	5. Therapiesitzung – Abschluss der ersten Intensivbehandlungswoche. ....
<b>6.2</b>	<b>Der Sportler</b> .....	115	6.4.4	6. Therapiesitzung – Beginn der zweiten Intensivbehandlungswoche. ....
6.2.1	Anamnese. ....	115	6.4.5	7. Therapiesitzung – 2. Tag der zweiten Intensivbehandlungswoche. ....
6.2.2	Körperliche Untersuchung. ....	118	6.4.6	8. Therapiesitzung – 3. Tag der zweiten Intensivbehandlungswoche. ....
6.2.3	Wiederbefund nach der 1. Therapie- sitzung .....	120	6.4.7	9. Therapiesitzung – Abschluss der zweiten Intensivbehandlungswoche .....
<b>6.3</b>	<b>Rehaplanung</b> .....	121	6.4.8	Weiterer Verlauf .....
<b>6.4</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....	121	<b>6.5</b>	<b>Abschluss</b> .....
6.4.1	2. Therapiesitzung. ....	121		
<b>Obere Extremität</b>				
<b>7</b>	<b>Schulterverletzung bei einer Handballerin</b> .....	135		
	<i>Andreja Gajic</i>			
<b>7.1</b>	<b>Sportartanalyse Handball</b> .....	135	<b>7.3</b>	<b>Rehaplanung</b> .....
7.1.1	Die handballspezifische Bedeutung des Rückraumes rechts .....	137	<b>7.4</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....
<b>7.2</b>	<b>Die Sportlerin</b> .....	137	7.4.1	Phase 1 – Early Management (Schutzphase) .....
7.2.1	Erstkontakt. ....	138	7.4.2	Phase 2 – Intermediate Phase .....
7.2.2	Anamnese. ....	138	7.4.3	Phase 3 – fortgeschrittene Phase (funktionelle Rehabilitation) .....
7.2.3	Posteriore Schulterinstabilität – klinischer Hintergrund .....	139	7.4.4	Phase 4 – Return to Play .....
7.2.4	Untersuchung .....	141	<b>7.5</b>	<b>Abschluss</b> .....

**8 Humerusfraktur bei einem Schwinger** ..... 162  
*Ester Aeschbach*

**8.1 Sportartanalyse Schwingen** ..... 162

**8.2 Der Sportler** ..... 163

8.2.1 Patientenvorstellung ..... 163

8.2.2 Unfallhergang und Verletzung ..... 163

8.2.3 Zusammenfassung ..... 164

**8.3 Rehaplanung** ..... 165

**8.4 Therapieverlauf** ..... 166

8.4.1 Phase 1 (1–6 Wochen postoperativ) ..... 166

8.4.2 Phase 2 (Wochen 7–10) ..... 167

8.4.3 Phase 3 (Wochen 11–14) und Phase 3.1  
 Aufbautraining (Wochen 15–18) ..... 167

8.4.4 Phase 4 (Wochen 19–22): Vorbereitung  
 auf das Return to Play (partieller Wieder-  
 einstieg ins Schwingtraining) ..... 172

8.4.5 Zusammenfassung der bisherigen Reha. ... 172

8.4.6 Falltraining ..... 175

8.4.7 Return to Sport (Woche 25): kompletter  
 Wiedereinstieg ins Schwingtraining ..... 176

8.4.8 Return to Competition (Woche 29):  
 Rückblick auf die ersten beiden Schwing-  
 feste ..... 176

8.4.9 Techniken ..... 176

**8.5 Abschluss** ..... 187

**9 Schulterstabilisierung nach Latarjet bei einem Quarterback  
 American-Football-Spieler** ..... 190  
*Linda Dyer*

**9.1 Sportartanalyse American Football** .... 190

9.1.1 Analyse auf der Partizipationsebene ..... 190

9.1.2 Analyse auf der Aktivitäts- und  
 Funktionsebene ..... 190

**9.2 Der Sportler** ..... 190

9.2.1 Zielsetzung des Sportlers ..... 192

9.2.2 Körperliche Untersuchung ..... 192

9.2.3 Zusammenfassung ..... 193

9.2.4 Prognose ..... 193

**9.3 Return to Sport Kriterien  
 für den Werfer** ..... 193

9.3.1 Schulterbeweglichkeit ..... 193

9.3.2 Messung der Schulterbeweglichkeit ..... 194

9.3.3 Kraft der Schultermuskulatur ..... 196

9.3.4 Messung der Schulterkraft ..... 196

9.3.5 Feld- und Belastungstests ..... 196

9.3.6 Zusammenfassung ..... 199

**9.4 Rehaplanung** ..... 201

9.4.1 Rehabilitationskriterien ..... 202

9.4.2 Rehaphasen ..... 203

**9.5 Therapieverlauf** ..... 203

9.5.1 Phase 1: Woche 3 (14.12.17) ..... 203

9.5.2 Phase 2: Woche 10 (8.2.18) ..... 205

9.5.3 Phase 3: Woche 15 (20.3.18) ..... 207

9.5.4 Phase 4: Woche 28 (18.6.18) ..... 209

**9.6 Abschluss** ..... 211

**Untere Extremität**

**10 Hamstrings-Verletzung bei einem Sprinter** ..... 215  
*Stefan Rausch*

**10.1 Sportartanalyse Sprinten** ..... 215

**10.2 Der Sportler** ..... 215

10.2.1 Anamnese ..... 217

10.2.2 Körperliche Untersuchung ..... 217

10.2.3 Die Hamstrings-Verletzung ..... 219

<b>10.3</b>	<b>Rehaplanung</b> .....	225	<b>10.4</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....	227
10.3.1	Risikofaktoren .....	225	<b>10.5</b>	<b>Abschluss</b> .....	239
10.3.2	Rehaphasen .....	225			
10.3.3	Rehaziele .....	226			
<b>11</b>	<b>Hamstrings-Verletzung bei einem Fußballer</b> .....	244			
	<i>Jonas Spiess</i>				
<b>11.1</b>	<b>Sportartanalyse Fußball</b> .....	244	<b>11.3</b>	<b>Rehaplanung</b> .....	249
11.1.1	Position des Spielers .....	244	<b>11.4</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....	250
11.1.2	Periodisierung .....	244	11.4.1	Therapieverlauf in der 1. Woche .....	250
<b>11.2</b>	<b>Der Sportler</b> .....	244	11.4.2	Therapieverlauf in der 2. Woche .....	250
11.2.1	Anamnese .....	245	11.4.3	Therapieverlauf in der 4. Woche .....	254
11.2.2	Untersuchung .....	246	11.4.4	Therapieverlauf in der 6. Woche .....	256
11.2.3	Sportphysiotherapeutische Diagnose .....	248	11.4.5	Status in der 8. Woche .....	258
11.2.4	Prognose .....	248	<b>11.5</b>	<b>Abschluss</b> .....	259
<b>12</b>	<b>Trimalleoläre Luxationsfraktur bei einer Bike-Trial-Fahrerin</b> .....	262			
	<i>Thomas Balke</i>				
<b>12.1</b>	<b>Sportartanalyse Bike Trial</b> .....	262	<b>12.3</b>	<b>Rehaplanung</b> .....	263
12.1.1	Sportliche Bewegungsformen und Anforderungen .....	262	<b>12.4</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....	263
12.1.2	Daten und Fakten .....	262	12.4.1	Entzündungsphase (etwa 0.–5. Tag) .....	263
12.1.3	Häufige Verletzungen und Überlastungen .....	262	12.4.2	Proliferationsphase (etwa 5.–21. Tag) .....	265
<b>12.2</b>	<b>Die Sportlerin</b> .....	262	12.4.3	Umbauphase (etwa 21.– 360. Tag) .....	271
12.2.1	Verletzungsgeschehen .....	262			
<b>13</b>	<b>Ruptur des Lig. deltoideum bei einem Eishockeyspieler</b> .....	286			
	<i>Dominique Koch</i>				
<b>13.1</b>	<b>Sportartanalyse Eishockey</b> .....	286	13.4.2	Therapie in der Remodellierungsphase ...	294
13.1.1	Verletzungen im Eishockey .....	286	13.4.3	Zum ersten Mal im Schussraum (2. Juniwoche) .....	296
<b>13.2</b>	<b>Der Sportler</b> .....	288	13.4.4	Zum ersten Mal auf dem Eis (2. Juniwoche) .....	297
13.2.1	Verletzungsgeschehen .....	288	13.4.5	Therapie in der späten Remodellierungsphase – 2. Phase Return to Sport (Phase 3b; 3. Juniwoche) .....	298
13.2.2	Operative Versorgung .....	288	13.4.6	Erstes Training mit der 1. Mannschaft, ohne Körperkontakt (4. Juniwoche) .....	301
13.2.3	Ludwigs Situation (Ende April) .....	289	13.4.7	Testbatterie für Return to Play (Ende Juni)	301
13.2.4	Körperliche Untersuchung .....	289	<b>13.5</b>	<b>Abschluss</b> .....	302
<b>13.3</b>	<b>Rehaplanung</b> .....	290			
<b>13.4</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....	291			
13.4.1	Therapie in der Proliferationsphase .....	291			

<b>14</b>	<b>Refixation der Adduktor-longus-Sehne bei einem Kunstturner</b> .....	304		
	<i>Michael Hutter</i>			
<b>14.1</b>	<b>Sportartanalyse Kunstturnen</b> .....	304	<b>14.3.4</b>	Allgemeine Rehazielle .....
			<b>14.3.5</b>	Schnittstelle Trainingsplan/Mannschafts-
14.1.1	Sportmotorische Grundeigenschaften im			training .....
	Kunstturnen .....	304		310
14.1.2	Periodisierung .....	304	<b>14.4</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....
				310
<b>14.2</b>	<b>Der Sportler</b> .....	304	<b>14.4.1</b>	Basisphase: Teilbelastung
				(4. postoperative Woche) .....
14.2.1	Verletzungsgeschehen .....	305	<b>14.4.2</b>	Allgemeine Phase: Belastungsaufbau
14.2.2	Operation und postoperative Phase .....	305		(8. postoperative Woche) .....
14.2.3	Bisherige Therapie .....	306	<b>14.4.3</b>	Vielseitig zielorientierte Phase:
14.2.4	Untersuchung .....	306		Schnellkraft (14. postoperative Woche) ...
			<b>14.4.4</b>	Ende spezifische Phase und Übergang in
<b>14.3</b>	<b>Rehaplanung</b> .....	307		Wettkampfphase (20. postoperative
			<b>14.4.5</b>	Woche) .....
14.3.1	Wundheilung, Biomechanik, Belastung			Assessments und Wiederbefund-
	und Belastbarkeit. ....	308		parameter .....
14.3.2	Phasen- und kriterienbasierte		<b>14.5</b>	<b>Abschluss</b> .....
	Rehabilitation. ....	308		321
14.3.3	Assessments und Zeitangabe für den			
	Transfer in die nächste Belastungsstufe ...	309		
<b>15</b>	<b>Femoraler Knorpelschaden bei einem Handballer</b> .....	324		
	<i>Wolfgang Schoch</i>			
<b>15.1</b>	<b>Der Sportler</b> .....	324	<b>15.3</b>	<b>Postoperative Rehabilitation</b> .....
				330
15.1.1	Aktuelle Situation .....	324	<b>15.3.1</b>	1. Tag .....
			<b>15.3.2</b>	2. Tag .....
<b>15.2</b>	<b>Präoperative Rehabilitation</b> .....	325	<b>15.3.3</b>	3.–5. Tag .....
			<b>15.3.4</b>	1.–4. Woche .....
15.2.1	Aufklärung und Motivation .....	325	<b>15.3.5</b>	4.–6. Woche .....
15.2.2	1.–4. Tag .....	325	<b>15.3.6</b>	7.–12. Woche .....
15.2.3	5. Tag .....	325	<b>15.3.7</b>	Nach 3 Monaten .....
15.2.4	5. Tag – 6. Woche .....	326	<b>15.3.8</b>	Nach 6 Monaten .....
15.2.5	Bilanz nach 6 Wochen Training .....	330	<b>15.3.9</b>	6.–9. Monat .....
15.2.6	Präoperative Informationen .....	330	<b>15.3.10</b>	Nach 9 Monaten .....
				335
			<b>15.4</b>	<b>Abschluss</b> .....
				335
<b>16</b>	<b>Meniskustransplantation bei einem American-Football-Spieler</b> .....	338		
	<i>Barbara Amhof</i>			
<b>16.1</b>	<b>Sportartanalyse American Football</b> ...	338	<b>16.2.2</b>	Das Meniskus-Allograft .....
			<b>16.2.3</b>	Beginn der Therapie .....
16.1.1	Analyse der Aktivitätsebene .....	338		341
16.1.2	Analyse der Funktionsebene .....	338	<b>16.3</b>	<b>Rehaplanung</b> .....
				343
<b>16.2</b>	<b>Der Sportler</b> .....	338	<b>16.3.1</b>	Definition kurz-, mittel- und
				langfristiger Ziele .....
16.2.1	Vorstellung des Patienten .....	338	<b>16.3.2</b>	Definition der Haupt- und Nebenübungen
				347

<b>16.4</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....	347	16.4.4	Therapieeinheit in Phase 4 – Maturationsphase (47. Woche) .....	353
16.4.1	Therapieeinheit in Phase 1 – Entzündungsphase (10. Tag) .....	347	16.4.5	Assessments und Wiederbefund- parameter .....	355
16.4.2	Therapieeinheit in Phase 2 – Proliferationsphase (6. Woche) .....	348	<b>16.5</b>	<b>Abschluss</b> .....	355
16.4.3	Therapieeinheit in Phase 3 – Ende Remodulationsphase (23. Woche) ..	350			
<b>17</b>	<b>Achillessehnenruptur bei einem Triathleten</b> .....	358			
	<i>Livia Freitag</i>				
<b>17.1</b>	<b>Sportartanalyse Triathlon</b> .....	358	17.3.4	Verknüpfung von Saison- und Rehaplanung .....	365
17.1.1	Motorische Grundeigenschaften .....	358	<b>17.4</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....	369
17.1.2	Periodisierung .....	359	17.4.1	Behandlungsverlauf 13. Woche .....	369
<b>17.2</b>	<b>Der Sportler</b> .....	359	17.4.2	Behandlungsverlauf 15. Woche .....	371
17.2.1	Verletzungsgeschehen .....	360	17.4.3	Behandlungsverlauf 19. Woche .....	373
17.2.2	Untersuchung .....	360	17.4.4	Behandlungsverlauf 24. Woche .....	374
17.2.3	Aktueller Status .....	361	17.4.5	Behandlungsverlauf 27. Woche .....	375
17.2.4	Prognose .....	363	<b>17.5</b>	<b>Abschluss</b> .....	377
<b>17.3</b>	<b>Rehaplanung</b> .....	363	17.5.1	War-ist-Vergleich .....	377
17.3.1	Return to Activity .....	364	17.5.2	Weitere Ziele .....	377
17.3.2	Definition der Ziele .....	364	17.5.3	Fazit der konservativen Nachbehandlung .	378
17.3.3	Definition der Haupt- und Nebenübungen	364			
<b>18</b>	<b>Vordere Kreuzbandplastik bei einem Ski-Alpin-Fahrer (Sportpsychologie)</b> .....	382			
	<i>Philipp Müller</i>				
<b>18.1</b>	<b>Rehabilitation – ein interdisziplinärer Prozess</b> .....	382	<b>18.3</b>	<b>Sportpsychologische Rehabilitation</b> ...	385
<b>18.2</b>	<b>Ansätze zur psychologischen Physiotherapie</b> .....	382	18.3.1	Phasen und Wegmarken der sport- psychologischen Rehabilitation. ....	385
18.2.1	Die Verletzung als einschneidendes Ereignis .....	382	18.3.2	Sportpsychologische Trainingsformen als Bausteine .....	386
18.2.2	Die Rolle und Bedeutung des Sportphysio- therapeuten im Rehabilitationsprozess ...	383	<b>18.4</b>	<b>Sportpsychologische Unterstützung durch den Sportphysiotherapeuten am Beispiel Kreuzbandplastik</b> .....	387
18.2.3	Eigene Grenzen kennen und festlegen. ...	384	18.4.1	Der Sportler .....	387
18.2.4	Konsens über die Therapieziele. ....	385	18.4.2	Anamnese .....	388
			18.4.3	Akutphase .....	390
			18.4.4	Rehaplanung .....	390
			18.4.5	Therapieverlauf .....	391
			18.4.6	Vorbereitung auf den Wettkampfalltag ...	392

<b>19</b>	<b>Vordere Kreuzbandverletzung bei einem Handballer</b> .....	396		
	<i>Jan Kirstein</i>			
<b>19.1</b>	<b>Sportartanalyse Handball</b> .....	396	<b>19.3.2</b>	Postoperativer Therapieverlauf .....
			<b>19.3.3</b>	Rehaphase 1 .....
<b>19.2</b>	<b>Der Sportler</b> .....	396	<b>19.3.4</b>	Rehaphase 2 .....
			<b>19.3.5</b>	Rehaphase 3 .....
19.2.1	Verletzungsgeschehen .....	396	<b>19.3.6</b>	Rehaphase 4 .....
<b>19.3</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....	397	<b>19.4</b>	<b>Abschluss</b> .....
				408
19.3.1	Präoperativer Therapieverlauf .....	397		
<b>20</b>	<b>Tendopathia patellae bei einem Volleyballspieler</b> .....	410		
	<i>Fränzi Zumstein</i>			
<b>20.1</b>	<b>Sportartanalyse Volleyball</b> .....	410	<b>20.4.3</b>	3. Therapiesitzung – Beginn exzentrisches Training (eine Woche nach Therapiebeginn) .....
				418
<b>20.2</b>	<b>Der Sportler</b> .....	411	<b>20.4.4</b>	5. Therapiesitzung – Feedforward-Belastungen mit der Koordinationsleiter ..
				418
20.2.1	Hauptproblem des Sportlers .....	411	<b>20.4.5</b>	6. Therapiesitzung – Return to Sport-Algorithmus und spezifische Sprungbelastungen .....
20.2.2	Ziel des Sportlers .....	411		419
20.2.3	Anamnese .....	411	<b>20.4.6</b>	Sportartspezifische Belastung unter spezifischen Ermüdungsumständen (Shaping; Ende 4. Woche) .....
20.2.4	Untersuchung .....	412		419
20.2.5	Zusammenfassung .....	412	<b>20.4.7</b>	Präventive Phase .....
20.2.6	Prognose und Ziele .....	412		422
			<b>20.5</b>	<b>Techniken</b> .....
<b>20.3</b>	<b>Rehaplanung</b> .....	412		422
			<b>20.5.1</b>	Stosswellentherapie .....
20.3.1	Wundheilung .....	413		422
20.3.2	Assessments .....	414	<b>20.5.2</b>	Taping (Lig.-patellae-Tape nach McConnell) .....
20.3.3	Entlastungsphase (0–6 Wochen) .....	414		422
20.3.4	Belastungsaufbau (6–12 Wochen) .....	416	<b>20.5.3</b>	Isometrisches Training .....
20.3.5	Präventive Phase (nach erfolgreichem Return to Competition) .....	417		424
			<b>20.5.4</b>	Exzentrisches Training .....
<b>20.4</b>	<b>Therapieverlauf</b> .....	417		425
			<b>20.5.5</b>	Feedforward-Aktivitäten mit der Koordinationsleiter .....
20.4.1	1. Therapiesitzung – Entlastungsphase und Belastungsaufbauphase .....	417		425
20.4.2	2. Therapiesitzung – Edukation, Planung Alternativtraining, Beginn isometrisches Training .....	417	<b>20.5.6</b>	Shaping-Training (spezifische Belastung unter spezifischer Vorermdung) .....
				427
			<b>20.6</b>	<b>Abschluss</b> .....
				428
	<b>Sachverzeichnis</b> .....	429		