

## Kursbeschreibung

„Nackenschmerzen“ kennt fast jeder! Die Lebenszeitprävalenz beträgt deutlich über 60%. Somit werden die meisten Menschen mindestens einmal innerhalb ihres Lebens mit Halswirbelsäulenbeschwerden konfrontiert. Sie sind dadurch von herausragender epidemiologischer, medizinischer und gesundheitsökonomischer Bedeutung.

Die aktive Therapie ist insbesondere bei chronischen Patient\*innen ein Schlüssel zum Erfolg und ist dementsprechend als zentraler Pfeiler der Rehabilitation zu betrachten.

Die Inhalte des Kurses gliedern sich in theoretische (funktionelle Anatomie, ausgewählte biomechanische Aspekte) und praktische Themen (aktive Untersuchung der Halswirbelsäule, trainingstherapeutische Realisation, Training der motorischen Grundeigenschaften). Darüber hinaus werden neuere Ansätze innerhalb der Pathogenese von Nackenschmerzen (Treiber-Modell) und Klassifikationsmodelle diskutiert.

## Kursinhalte

- Evidenzbasierte Behandlung von unspezifischen und spezifischen Nackenschmerzpatient\*innen (Radikulopathie, Myelopathie)
- Postoperative Nachbehandlung (Diskektomie, Fusionen)
- Kritische Betrachtung und Behandlung von Wirbelsäuleninstabilitäten

## Kursziele

Du sollst nach dem Kurs folgende Fähigkeiten besitzen:

- Subgruppierung von Nackenschmerzpatient\*innen
- Erkennen von klinischen Mustern
- Methodischer Aufbau der Trainingsmethoden anhand der Wundheilungsphasen
- Evidenzbasierte Test- und Behandlungsmethoden indikationsspezifisch einsetzen

