Zeitschrift: Fisio active
Herausgeber: Schweizer Physiotherapie Verband
Band: 43 (2007)
Heft: 1

Artikel: "Dankbar, wenn die Physiotherapie die Schmerzen lindert"
Autor: Albrecht, Karin
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-929662

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

«Dankbar, wenn die Physiotherapie die Schmerzen lindert»

Interview mit Karin Albrecht, Physiotherapeutin

Wieso ist Schmerz im Alter ein besonderes Thema?

Karin Albrecht: Für viele PatientInnen ist Schmerz ein ständiger Begleiter. Viele akzeptieren die altersbedingten Einschränkungen, die ihnen ihr Körper bereitet, solange es nicht weh tut. Kommt es doch zu Schmerzen, sind sie sehr dankbar, wenn ihnen die Physiotherapie die Schmerzen lindert.

Kommen auch Patientinnen und Patienten zu Ihnen, die noch keine Schmerzen haben?

Es gibt einige, die noch recht fit sind. Diese wissen meistens, dass sie anfällig sind für altersbedingte Leiden und möchten diese durch Prävention herauszögern.

Karin Albrecht

Was ist anders im Umgang mit älteren PatientInnen als mit jüngeren?

Ältere Patientinnen und Patienten benötigen vor und nach der Behandlung viel mehr Zeit. Einen Termin abzumachen beispielsweise ist nicht so einfach. So muss ich auf das AHV-Busabonnement Rücksicht nehmen, das Senioren zwar eine Vergünstigung gibt, aber erst ab 9 Uhr morgens gültig ist. Auch die Befundaufnahme und Situationsanalyse sowie Zielsetzung kann beim älteren Menschen zeitaufwändiger sein, da häufig auch Nebendiagnosen beachtet werden müssen, die Einfluss auf die Therapiemassnahmen haben.

Die Behandlung selbst unterscheidet sich nicht gross von solchen bei jüngeren Patienten. Bei jüngeren erreiche ich das Therapieziel oft sehr viel schneller.

Ist der Fortschritt in der Behandlung bei älteren PatientInnen sehr viel langsamer?

Häufig schon. Ich habe mich daran gewöhnt, dass sich die Patienten manchmal nicht mehr daran erinnern, was wir beim letzten Besuch gemacht haben. So beginnt eine Behandlungsfolge halt wieder von vorne. Die unmittelbare Rückmeldung der Patienten während der Behandlung – dass es ihnen gut tut – zeigt mir aber, dass dies der richtige Weg ist.

Was wissen Ihre PatientInnen über Physiotherapie?

Es gibt viele ältere Menschen, die bei mir zum allerersten Mal in ihrem Leben in die Physiotherapie kommen. Diese haben zu Beginn Angst, weil sie nicht wissen, was sie erwartet. Jüngere kennen sich damit viel besser aus.

Wie gehen Sie mit diesen Ängsten um?

Ich versuche herauszufinden, was ihnen Angst macht. Einige haben Angst, dass ihnen die Physiotherapie weh tut. Oder sie haben Hemmungen, sich zu entkleiden. Mit zunehmendem Vertrauen lassen diese Ängste aber bald nach. Überhaupt ist Vertrauen ein Schlüsselfaktor. Älteren Menschen ist es sehr wichtig, immer mit der gleichen Therapeutin zusammen zu arbeiten. Die meisten Patientinnen und Patienten kommen sehr gerne in die Physiotherapie, weil sie merken, dass es ihnen hilft.

Wie erleben Sie Patientinnen und Patienten, die Sie durch die zum Teil lange Behandlungsdauer gut kennen

Bei langjährigen Patientinnen und Patienten kenne ich mit der Zeit durch das Gespräch einen grossen Teil der Familie – auch wenn ich diese noch nie gesehen habe. Die Beziehung wird durch die Dauer sicher persönlicher.

Machen die Patienten auch zu Hause Übungen?

Dies ist sehr unterschiedlich. Einige machen sie nicht, weil sie nicht verstehen, warum sie Übungen machen sollen, wenn sie schon Schmerzen haben. Andere vergessen, wie die Übung geht. Wieder andere ändern diese nach eigenem Gutdünken ab. Aber im Grossen und Ganzen erlebe ich den älteren Menschen als motivierten Patienten.

Wäre es sinnvoll, das Umfeld der PatientIn einzubeziehen?

Das kann manchmal sehr wichtig sein und funktioniert in den meisten Fällen auch sehr gut. Manchmal wollen dies die PatientInnen aber auch nicht und möchten die Physiotherapie für sich alleine «geniessen».

Hausbesuche sind eine weitere Möglichkeit, die persönliche Situation der Patientin zu berücksichtigen. Dabei ist es mir

Karin Albrecht

Karin Albrecht, 39, hat 1993 die Physiotherapieausbildung am Triemlispital in Zürich abgeschlossen. Nach einem Auslandjahr arbeitete sie während dreier Jahre in der Rheumatologieabteilung des Triemlispitals. 1997 begann sie in einer Gemeinschaftspraxis in Luzern als selbstständige Physiotherapeutin zu arbeiten. Die Ausrichtung ihrer Praxis auf die Geriatrie hat sich eher ergeben, als dass sie dies gesucht hätte. In der Umgebung hat es zwei Altersheime und zahlreiche Alterswohnungen. Im Gebäude ihrer Praxis praktizieren ältere Ärzte, die ihr ihre langjährigen Patientinnen und Patienten zur Physiotherapie zuweisen. Das Durchschnittsalter der Patientinnen und Patienten ihrer Praxis beträgt 55 Jahre. Karin Albrecht wohnt mit ihrem Lebenspartner und ihrem Kind in Wädenswil.

wichtig, sehr sorgfältig umzugehen, weil die Behandlung im privaten Bereich stattfindet.

Sind Hausbesuche nicht sehr viel aufwändiger, weil die Infrastruktur einer Praxis fehlt?
Nicht unbedingt. Es braucht manchmal etwas mehr Fantasie. Dafür verstehe ich die Patientin oder den Patienten besser, wenn ich sie in ihrem Umfeld erlebe. Ich denke, Hausbesuche werden in Zukunft noch wichtiger werden.

Sie haben fast täglich mit älteren Menschen zu tun, von denen die meisten nicht nur in guter gesundheitlicher Verfassung sind. Haben Sie Angst vor dem eigenen Älterwerden?
Mein ältester Patient ist hundertjährig. Ich habe mich schon gefragt, ob ich selber auch so alt werden will. Im Moment habe ich das Gefühl, ich komme mit dem Fortschritt noch gut zurecht. Aber wie sieht es in 30, 40 Jahren aus? Grundsätzlich ist das Bild von alten Menschen für mich nicht frustrierend. Im Gegenteil. Viele erlebe ich trotz ihren Einschränkungen als frohe Gemüter. Sie haben alle eine spannende Lebensgeschichte zu erzählen.

«Physiotherapie tut mir gut»

Interview mit Hans Schwengeler, PT-Patient

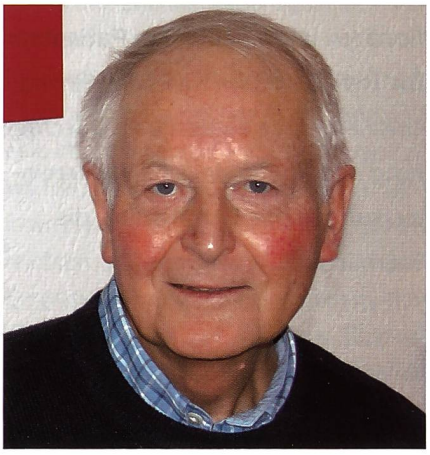
Herr Schwengeler, warum gehen Sie in die Physiotherapie?
Hans Schwengeler: Mit dem Alter kamen die Rückenbeschwerden. Ich kann keine längeren Wege mehr zu Fuss zurücklegen. Den Hals kann ich auch nur noch beschränkt drehen. Beides verursacht jeweils Schmerzen.

Wie erleben Sie die Physiotherapie?
Als sehr angenehm. Nach den Behandlungen kann ich meinen Kopf wieder weiter drehen und habe viel weniger Schmerzen.

Wie erleben Sie die zunehmenden körperlichen Einschränkungen?
Für mich ist das ein grosser Verlust an Lebensqualität. Ich muss etwas dagegen machen.

Wie gehen Sie mit den Schmerzen um?
Ich gehe bis zur Schmerzgrenze, aber nicht darüber hinaus. Physiotherapie hilft mir, diese Grenze zu erweitern.

Genügt Ihnen die wöchentliche Behandlung in der Physiotherapiepraxis?
Ich mache jeden Morgen 15 bis 20 Minuten Übungen zu Hause. Es ist zwar langweilig, aber ich mache es, weil es mir gut tut.

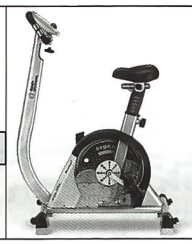


Hans Schwengeler

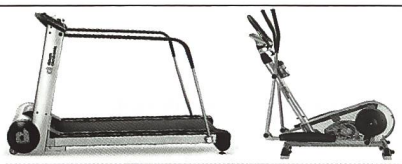
Hans Schwengeler

Hans Schwengeler ist 72 Jahre alt und lebt in Thun. Er ist «unregelmässig pensioniert» und arbeitet zeitweise im Unternehmen seines Sohnes mit. Von Physiotherapie erfuhr er zum ersten Mal, als seine Tochter vor zwanzig Jahren nach einem Skiunfall physiotherapeutisch behandelt wurde.

daum electronic
best for your fitness
Ergometer • Ellipter • Laufbänder
Unerlässlich für Physiotherapien, Diagnostik oder Cardiotraining!



Daum Ergotrainer bieten
- Definition eigener Trainings
- Speicherung Trainingsdaten
- Umfangreiche Funktionen (nach Puls, Watt, Kraft, RPM)
- leise, standfest und solide
- einfache Bedienung, Menus
- Profi-Technologie & Qualität



Fragen Sie ihr Fachgeschäft an!
mehr Info: GTSM Magglingen, Zürich
☎ 044 461 11 30 gtsm@bluewin.ch

david g simons
academy™
für Triggerpunkt-und Dry Needling-Kurse!
www.dgs.eu.com