

**Zeitschrift:** Physioactive  
**Herausgeber:** Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband  
**Band:** 51 (2015)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Kurzhinweise

### **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:** 26.04.2026

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

## Kurzhinweise

### ■ Webseite für pflegende Angehörige

Das Schweizerische Rote Kreuz hat eine neue Webseite kreiert, die sich direkt an pflegende Angehörige wendet. Sie soll die bereits bestehenden Entlastungsangebote ergänzen. Die Webseite spricht allgemeine Themen an wie Älterwerden, Pflegebedürftigkeit, Umzug ins Heim oder Sterben, aber auch ganz spezifische Inhalte sind zu finden: So gibt es einen Fragekatalog zur Entscheidung, überhaupt einen Angehörigen zu pflegen. Die Gestaltung der Wohnung wird ebenso thematisiert wie der Umgang mit Aggressivität, Pflegewissen oder rechtliche und finanzielle Fragen. Die Webseite informiert natürlich auch über Entlastungsangebote und Kurse. Sie ist Deutsch oder Französisch abrufbar. (bc) [www.pflege-entlastung.ch](http://www.pflege-entlastung.ch)

### ■ Fehlannahmen beeinflussen Bewegungsverhalten

«Schmerz bedeutet immer, dass der Körper geschädigt wird.» «Laufen oder Bücken sind bei Rückenschmerzen gefährlich, weil sie den Rücken weiter abnutzen oder zerreißt.» «Rückenschmerzen werden durch «magische Hände» geheilt, oder mit Spritzen und Skalpell.» Kieran O'Sullivan, Dozent an der Universität Limerick und Blogger im *British Journal of Sports Medicine*, erinnert daran, dass diese drei Fehlannahmen immer noch weitverbreitet sind. Nur verständlich, dass damit Menschen mit chronischen Kreuzschmerzen Bewegung vermeiden. Sein Rezept dagegen: Die Fehlannahmen ansprechen und aufzeigen, was wirklich im Körper geschieht. Die Angst entkräften, dass alltägliche Aktivitäten schaden könnten, selbst wenn sie anfänglich wehtun. Und die Patienten darin bestärken, mit Selbstmanagementstrategien wie körperliche Aktivität die Kontrolle zurückzugewinnen. (bc) *Activity among people with chronic low back pain: How activity behaviours reflect beliefs. 10 Apr 15. <http://blogs.bmj.com/bjism/2015/04/10>*

### ■ Umfassende geriatrische Betreuung nach Schenkelhalsfraktur scheint sich zu lohnen

Über 70-jährige Menschen, die einen Schenkelhalsbruch erleiden, haben ein schlechtes Langzeit-Outcome. In Trondheim (Norwegen) wurde nun untersucht, ob eine umfassende geriatrisch-medizinische Betreuung mit frühzeitiger Rehabilitation und Austrittsplanung einer konventionellen orthopädischen und physiotherapeutischen Versorgung überlegen ist. Die Antwort lautet ja: Nach 12 Monaten waren ADL, Sturzangst, Depression und Lebensqualität signifikant besser. Die Interventionsgruppe blieb durchschnittlich 1,5 Tage länger im Spital, konnte dann aber häufiger direkt nach Hause (25 % vs. 11 %) und hatte geringere Kosten nach Spitalentlassung (5000 Euro weniger innerhalb 12 Monaten).

## En bref

### ■ Site Internet pour les proches aidants

La Croix-Rouge suisse a créé un nouveau site Internet destiné aux proches aidants qui vient compléter les offres de soutien déjà existantes. Il aborde des thèmes généraux comme le vieillissement, la nécessité de recevoir des soins, le fait de déménager dans un EMS ou la mort. On y trouve également des contenus très spécifiques comme un questionnaire pour aider à prendre la décision de soigner un proche ou non. L'aménagement de l'appartement est aussi abordé, au même titre que la gestion de l'agressivité, le savoir infirmier ou les questions juridiques et financières. Naturellement, le site propose aussi des offres de soutien et des cours. Disponible en français et en allemand. (bc) [www.proche-aidant.ch](http://www.proche-aidant.ch)

### ■ Les fausses croyances influencent le comportement

«La douleur signifie toujours que l'on nuit au corps.» «Le fait de marcher ou de se baisser est dangereux quand on a mal au dos car cela use ou étire encore davantage le dos.» «Les maux de dos sont guéris par des «mains magiques» ou au moyen de piqûres et du bistouri.» Kieran O'Sullivan, professeur à l'Université Limerick, rappelle que ces trois fausses croyances restent encore très répandues. Il est tout à fait compréhensible que des personnes atteintes de douleurs lombaires évitent de bouger. Sa recette consiste à appréhender les fausses croyances, à montrer ce qui se passe réellement dans le corps, à réfuter la peur que des activités quotidiennes peuvent nuire, même si celles-ci font mal au début, et à encourager les patients à regagner le contrôle de la douleur grâce à des stratégies de gestion autonome comme l'activité physique. (bc) *Activity among people with chronic low back pain: How activity behaviours reflect beliefs. 10 Apr 15. <http://blogs.bmj.com/bjism/2015/04/10>*

### ■ Un accompagnement gériatrique global suite à une fracture du col du fémur semble être efficace

Pour les personnes de plus de 70 ans victimes d'une fracture du col du fémur, les perspectives à long terme sont mauvaises. À Trondheim (Norvège), des chercheurs ont voulu savoir si un service d'accompagnement médico-gériatrique global – avec rééducation anticipée et planification de sortie – était préférable aux traitements orthopédiques et physiothérapeutiques conventionnels. La réponse est oui. Après 12 mois, les activités de la vie quotidienne, la peur de chuter, la dépression et la qualité de vie étaient significativement améliorées. Les patients du groupe d'intervention sont restés à l'hôpital en moyenne 1,5 jours de plus, mais ils étaient plus nombreux à pouvoir rentrer direc-

Die umfassende Betreuung im Spital war jedoch mit einem deutlich höheren Personaleinsatz verbunden. (bc)  
*Prestmo, Anders et al. Comprehensive geriatric care for patients with hip fractures: a prospective, randomised, controlled trial. The Lancet 2015; doi.org/10.1016/S0140-6736(14)62409-0.*

tement à la maison (25 % contre 11%) et ils ont généré moins de frais après leur sortie de l'hôpital (€ 5000 de moins sur 12 mois). L'accompagnement global à l'hôpital a toutefois nécessité un effectif nettement plus important. (bc)  
*Prestmo, Anders et al. Comprehensive geriatric care for patients with hip fractures: a prospective, randomised, controlled trial. The Lancet 2015; doi.org/10.1016/S0140-6736(14)62409-0.*

## Veranstaltungen

An dieser Stelle finden Sie Hinweise auf Veranstaltungen, welche sich interdisziplinär mit aktuellen Fragen aus dem Gesundheitswesen befassen.

## Manifestations

Ci-après, vous trouverez les annonces des manifestations interdisciplinaires concernant des questions du secteur de la santé.

Datum und Ort Date et lieu	Veranstaltung, Thema Manifestation, sujet	Weitere Informationen Informations supplémentaires
24. Juni 2015, Bern	Nationales Symposium Integrierte Versorgung 2015	<a href="http://www.fmc.ch">www.fmc.ch</a>
24 juin 2015, Berne	Symposium national des soins intégrés 2015	<a href="http://www.fmc.ch">www.fmc.ch</a>
2. Juli 2015, Bern	SAMW Symposium: «Autonomie und Verantwortung in der Medizin»	<a href="http://www.samw.ch">www.samw.ch</a>
2 juillet 2015, Berne	Symposium ASSM: «Autonomie et responsabilité en médecine»	<a href="http://www.samw.ch">www.samw.ch</a>
18.–25. Juli 2015, Limerick (IRL)	Medigames 2015: Sportweltspiele der Medizin und Gesundheit	<a href="http://www.medigames2015.com">www.medigames2015.com</a>
18–25 juillet 2015, Limerick (IRL)	Medigames 2015: Les jeux mondiaux de la médecine et de la santé	<a href="http://www.medigames2015.com">www.medigames2015.com</a>
26. August 2015, Zürich	Nationale Tagung für betriebliches Gesundheitsmanagement 2015 / 4. Netzwerktagung Psychische Gesundheit Schweiz: «Arbeit und psychische Gesundheit – Herausforderungen und Lösungsansätze»	<a href="http://gesundheitsfoerderung.ch/ueber-uns/veranstaltungen/bgm-tagung.html">http://gesundheitsfoerderung.ch/ueber-uns/veranstaltungen/bgm-tagung.html</a>
26 août 2015, Zürich	Congrès national de gestion de la santé en entreprise 2015 / 4 <sup>e</sup> Rencontre du Réseau Santé Psychique Suisse: «Travail et santé psychique – Défis et ébauches de solutions»	<a href="http://promotionsante.ch/qui-sommes-nous/manifestations/congres-gse.html">http://promotionsante.ch/qui-sommes-nous/manifestations/congres-gse.html</a>
14.–15. September 2015, Bern	Swiss eHealth Summit	<a href="http://www.ehealthsummit.ch/node/1216">www.ehealthsummit.ch/node/1216</a>
14–15 septembre 2015, Berne	Swiss eHealth Summit	<a href="http://www.ehealthsummit.ch/node/1216">www.ehealthsummit.ch/node/1216</a>
14.–18. September 2015	Aktionswoche Patientensicherheit	<a href="http://www.patientensicherheit.ch">www.patientensicherheit.ch</a>
14–18 septembre 2015	Semaine d'action pour la sécurité des patients	<a href="http://www.patientensicherheit.ch">www.patientensicherheit.ch</a>
17.–18. September 2015, Genf	Swiss Public Health Congress: Public Health Benefits of Climate Change Policies	<a href="http://www.public-health.ch">www.public-health.ch</a>
17–18 septembre 2015, Genève	Swiss Public Health Congress: Public Health Benefits of Climate Change Policies	<a href="http://www.public-health.ch">www.public-health.ch</a>