



SCHMERZKLINIK KIEL

Klinik für neurologisch-
verhaltensmedizinische
Schmerztherapie

Prof. Dr. Hartmut Göbel · Schmerzlinik Kiel · Heikendorfer Weg 9-27 · D-24149 Kiel

Panasonic Deutschland
z.Hd. Herrn Boris Kalweit
CE Medical Care
Winsbergring 15

22525 Hamburg

Bearbeiter(in)	Tel.-Durchwahl	Fax.-Durchwahl	E-mail	Kiel, am
Prof. Dr. Göbel	043120099-65	0431-20099-35	hg@schmerzlinik.de	02.10.2008 Gö/Br

Erfahrungsbericht Joba Core Trainers in der Behandlung von Schmerzen und Verspannungen der Schulter- und Rückenmuskulatur

Unter Hippo-Therapie versteht man eine physiotherapeutische Einzelbehandlung auf neurophysiologischer Grundlage. Die Bezeichnung „Hippo-Therapie“ leitet sich von den griechischen Wörtern Pferd (Hippus) und Behandlung (Therapeia) ab. In der Hippo-Therapie werden krankengymnastische Behandlungen auf dem Pferd durchgeführt. Die Therapie kann in verschiedenen Gangarten realisiert werden. Im Vordergrund steht dabei die Gangart „Schritt“. Bei dieser Gangart kann sich die neurophysiologische Stimulation über die Tiefensensibilität auf die verwandten Bewegungsmuster von Pferd und Mensch optimiert entfalten. Über die biologische Aktivierung in der Schrittgangart des Pferdes werden dreidimensionale Bewegungsmuster und rhythmische Schwingungen auf das Skelettsystem, die Muskulatur und den Bandapparat sowie die neuronale Regulierung des Menschen übertragen. Dadurch kann in einzigartiger Weise auf Impulse reagiert werden, die ein gezieltes Training der Gleichgewichts-, Haltungs- und Stützreaktionen des Patienten ermöglichen. Zudem wird der Muskeltonus reguliert und die Wahrnehmung von Spannung und Schmerz im Muskel therapeutisch angepasst. Die Hippo-Therapie hat einen zentralen Stellenwert in der Behandlung von funktionellen Erkrankungen sowie strukturellen Erkrankungen und Funktionsstörungen des Stützapparates, Bewegungsapparates und des zentralen Nervensystems. Regulationsstörungen des Muskeltonus, Schmerzen im Gelenk-, Sehnen- und Muskelapparat des Rückens, des Schultergürtels sowie der oberen und unteren Extremität werden besonders gezielt therapeutisch beeinflusst.

Dabei spielt der physiologische Rhythmus des Pferdes mit einem Schrittempo von 90 bis 120 Impulsen pro Minute eine zentrale Rolle. Der Reiter passt sich diesem physiologischen Rhythmus an und versucht durch die gezielte Wahrnehmung und unmittelbare Reaktion darauf seinen Körper im Gleichgewicht zu stabilisieren. Folge ist eine gezielte Haltungsschulung, eine Stabilisierung der Körperbalance sowie eine gezielte Regulierung des Muskeltonus. Des Weiteren wird insbesondere eine Aktivierung kleiner Wirbelgelenke gezielt ermöglicht, die sich bei sonstigen therapeutischen Maßnahmen nur schwer beeinflussen lassen.

Durch die Entwicklung des innovativen Joba Core Trainers kann die natürliche Schrittbewegung des Pferdes dreidimensional physiologisch nachgebildet werden und jeder-

Prof. Dr. Hartmut Göbel

Ärztlicher Direktor
Facharzt für Neurologie
Spezielle Schmerztherapie
Psychotherapie
Diplom-Psychologe (Univ.)

Heikendorfer Weg 9-27
D-24149 Kiel

Tel. 0431-20099-65
Fax 0431-20099-35

E-mail: hg@schmerzlinik.de
Internet: www.schmerzlinik.de

Anmeldungen

Sprechstunde Prof. H. Göbel
Tel. 0431-20099-65
Fax 0431-20099-4712
E-mail: fromm@schmerzlinik.de

Stationäre Aufnahme
Tel. 0431-20099-39
Fax 0431-20099-99
E-mail: aufnahme@schmerzlinik.de

Prä- und poststationäre Behandlung
Ltd. Oberarzt Dr. A. Heinze
Tel. 0431-20099-82
Fax 0431-20099-99
E-mail: heinze@schmerzlinik.de

Stationen
Tel. 0431-20099-82

Download Aufnahmecheckliste
www.schmerzlinik.de

Behandlungsschwerpunkte

Migräne und
Kopfschmerzerkrankungen
Schmerzen bei Erkrankungen der
Muskulatur und des
Bewegungsapparates

Neurogene Schmerzen bei
Erkrankungen des peripheren
und zentralen Nervensystems

Schmerzen bei Unfallschäden
Verhaltensmedizin

Verwaltung

Schmerzlinik Kiel GmbH & Co KG
Heikendorfer Weg 9-27 · D-24149 Kiel
E-mail: kiel@schmerzlinik.de
AG Kiel HRB 4686

Komplementärin:
Schmerzlinik Kiel Verwaltungs-GmbH
AG Kiel HRA 3758
Geschäftsführer:
Prof. Dr. Hartmut Göbel

Bankverbindung: Apobank Kiel
Konto-Nr. 000 643 4665
BLZ: 210 906 19

IK 260 101 923

zeit neben der gezielten Anwendung in Kliniken und Praxen auch im Heimbereich nunmehr zur Verfügung gestellt werden. Durch die moderne Computertechnologie ist es möglich, den Körper dreidimensional artförmig in Bewegung zu halten und damit eine dynamische und rhythmische Aktivierung nach links, rechts, rückwärts und vorwärts sowie nach oben und unten zu realisieren. Folge ist, dass der Körper kontinuierlich seine Position anpassen muss um Haltung und Balance zu bewahren. Durch die damit induzierten Ausgleichsbewegungen mit ständigem An- und Entspannen der Muskulatur, Aktivierung der Sehnen, Muskeln und Wirbelgelenken wird eine direkte Stimulation ermöglicht, der Haltungsapparat von Bauch, Rücken und Oberschenkel wird aktiviert. Durch gezielte Programme und die Umsetzung verschiedener Geschwindigkeiten kann zudem ein individuelles Training ermöglicht werden. Das Tailenprogramm legt den Schwerpunkt auf die Kräftigung von Bauch- und Oberschenkelmuskulatur. Es erfolgt dabei eine Variation zwischen waagerechter Position, kompletter Vorwärtsneigung und kompletter Rückwärtsneigung des Sitzes. Im Hüftprogramm liegt der Schwerpunkt auf Kräftigung von Rücken- und Hüftmuskulatur. Dabei wird abwechselnd eine waagerechte Position, eine komplette Vorwärtsneigung und eine komplette Rückwärtsneigung realisiert. Das Basisprogramm zielt auf die Kräftigung aller vorge-nannten Muskelgruppen und ermöglicht die neurophysiologische Aktivierung durch Übertragung des rhythmischen Bewegungsmusters vom Pferd auf Mensch.

Wir haben den Einsatz und die therapeutische Effektivität des Joba Core Trainers bei Patienten mit myofaszialen Schmerzen im Schultergürtelbereich als auch des unteren Rückens untersucht. Myofasziale Schmerzen sind die weitaus häufigsten Beschwerden des Bewegungsapparates. Bei Chronifizierung der Beschwerden entstehen neuroplastische Veränderungen im zentralen Nervensystem, Bindegewebeveränderungen und Adhäsionen der Skelettmuskulatur und des Sehnenapparates sowie entzündliche und degenerative Veränderungen der Gelenke, insbesondere der kleinen Wirbelgelenke. Durch die physiologische Wirkung des Joba Core Trainers ist zu erwarten, dass genau auf diese pathophysiologischen Bedingungen gezielt therapeutisch eingewirkt werden kann. Folge von chronischen myofaszialen Schmerzen sind sogenannte muskuläre Triggerpunkte mit lokaler schmerzhafter Anspannung der Muskulatur, Nervenkompressionen, Arthrosen, Fehlhaltungen und unergonomischen Haltungen. Durch das kontinuierliche Training mit dem Joba Core Trainer erfolgt eine rhythmische Aktivierung der Muskeln, die während des Trainings kontinuierlich wiederholt wird. Muskulärer Hartspann wird somit aktiviert, gedehnt und entspannt. Das intramuskuläre Bindegewebe wird lokal gedehnt, es erfolgt eine lokale reaktive Hyperämie mit Verbesserung der Durchblutung mit Aktivierung algogener schmerzinduzierender Substanzen im Muskel. Der Patient kann dies direkt während des Trainings durch eine Erwärmung im vorher schmerzhaften Bereich und Hyperstimulationsanalgesie verspüren. Zudem erfolgt eine Fasziendehnung. Der Muskel wird rhythmisch in eine Vordehnung gebracht. Der Patient spürt dabei eine wohltuende Entspannung des Muskeltonus. Schmerzhafte Muskelödeme können somit abgebaut werden. Die intermuskuläre Beweglichkeit benachbarter Muskeln wird trainiert und verbessert. Antagonistisch arbeitende Muskelpaare werden durch die rhythmische Bewegung entspannt und in ihrem Bewegungsablauf frei und schmerzlos. Es erfolgt eine Hyperstimulation, Fasziendehnung und Lösung von schmerzhaften Adhäsionen.

Der Joba Core Trainer wurde bei Patienten mit myofaszialen Schmerzen des Schultergürtels und der Rückenmuskulatur systematisch eingesetzt. Über einen Zeitraum von 14 Tagen erfolgte täglich zweimal eine therapeutische Sitzung mit dem Basisprogramm. Standardisiert wurde die unmittelbare Schmerzlinderung nach Beendigung der Anwendung, die unmittelbare Entspannung nach Beendigung des Trainings sowie Langzeiteffekte auf Schmerzlinderung und Entspannung analysiert. Als globaler Parameter wurden Akzeptanz und Empfehlung durch die behandelten Patienten analysiert. Es zeigte sich, dass unmittelbar nach der jeweiligen Therapiesitzung 94% der Patienten über eine deutliche Besserung der myofaszialen Schmerzen berichten. 88% gaben eine direkte Wirkung auf die Muskelspannung mit deutlichem Entspannungseffekt an. Bei der Langzeitanalyse des 14-tägigen Trainings zeigte sich, dass 86% der Patienten eine deutliche

Schmerzlinderung durch das Training erzielen konnten. 84% gaben eine deutliche Verbesserung der Haltung, der Beweglichkeit und der Anspannung an. 98% der Patienten berichteten, dass sie die Therapie weiterführen und weiterempfehlen werden.

Zusammenfassend zeigt die Anwendung des Joba Core Trainer einen klinisch bedeutsamen und lang anhaltenden schmerzlindernden Effekt bei myofaszialen Schmerzen des Schultergürtels und der Rückenmuskulatur. Die computerisierte Hippo-Therapie hat bei den Patienten eine große Akzeptanz, führt zu einer schnellen und nachhaltigen Schmerzlinderung und Muskelentspannung. Neben der direkten neurophysiologischen und physiotherapeutischen Behandlung macht die Anwendung den Patienten Spaß. Zudem wird durch das kontinuierliche Training eine Verbesserung der Kreislauffunktion sowie eine Gewichtsabnahme realisiert.

Kiel, den 02.10.2008



Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. H. Göbel