

Nach dem Schlaganfall: Gibt es eine Form der Krankengymnastik, die zu mehr Selbstständigkeit verhilft?



Bisher weiß man nicht, ob eine bestimmte Form der Krankengymnastik (Physiotherapie) anderen überlegen ist. Eine Kombination physiotherapeutischer Behandlungen mit dem Ziel, bestimmte Tätigkeiten wie zum Beispiel das Gehen wiederzuerlernen, kann aber helfen, wieder selbstständiger zu werden.

Bisher weiß man nicht, ob eine bestimmte Form der Krankengymnastik (Physiotherapie) anderen überlegen ist. Eine Kombination physiotherapeutischer Behandlungen mit dem Ziel, bestimmte Tätigkeiten wie zum Beispiel das Gehen wiederzuerlernen, kann aber helfen, wieder selbstständiger zu werden.

Bei einem Schlaganfall (auch als "Hirnschlag" bezeichnet) wird ein Teil des Gehirns dadurch geschädigt, dass seine Durchblutung unterbrochen wird. Ein Schlaganfall kann durch ein Blutgerinnsel entstehen, das sich in einem anderen Teil des Körpers gebildet hat. Dies kann durch den Blutkreislauf ins Gehirn wandern und dort ein Gefäß blockieren. Auch Veränderungen in der Wand einer Arterie können zu einem Gefäßverschluss führen. Seltener wird ein Schlaganfall durch eine Blutung im Gehirn ausgelöst (Hirnblutung). Die Ursache kann sein, dass Blut ins Gewebe austritt, zum Beispiel, wenn ein Blutgefäß reißt.

Ein Schlaganfall kann zu Lähmungen in Teilen des Körpers führen oder auch zu Störungen verschiedener Körperfunktionen, zum Beispiel zu Sprachstörungen. Ungefähr einer von 1000 Menschen bekommt in seinem Leben einen Schlaganfall, meistens in höherem Alter. Bei Menschen über 85 Jahre liegt das Risiko für einen Schlaganfall bei 2 % (zwei von hundert).

Krankengymnastik ist für Menschen, die einen Schlaganfall erlitten haben, ein wichtiger Teil der Rehabilitation und langfristigen Bewältigung der Krankheitsfolgen. Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten zielen mit ihren Behandlungen darauf ab, die Beweglichkeit und Selbstständigkeit zu verbessern. Dabei gibt es für spezielle Probleme eine eigene Behandlung: Beispielsweise die unterstützende Laufbandtherapie, mit der Menschen das Laufen wiedererlernen sollen, oder spezielle Übungen oder Maschinen, die helfen sollen, das Gleichgewicht zu verbessern. Eine weitere physiotherapeutische Behandlung stellt die "einschränkungsinduzierte Bewegungstherapie" dar. Dabei wird der vom Schlaganfall nicht betroffene Arm stillgelegt, damit die Patientin oder der Patient die schwächere Körperseite nutzt beziehungsweise trainiert.

Neben den speziellen Behandlungen, die Menschen helfen sollen, ihre Einschränkungen so weit wie möglich rückgängig zu machen, gibt es in der Schlaganfallrehabilitation weitere physiotherapeutische Herangehensweisen. Dazu gehört der "neurophysiologische Ansatz". Dabei behandelt die Physiotherapeutin oder der Physiotherapeut den Menschen, indem er dessen Gliedmaßen auf bestimmte Art und Weise bewegt. Ein

zweiter bedeutender Ansatz ist das motorische Lernen, bei dem der oder die Betroffene Handlungen übt, die ihm oder ihr schwer fallen. Der dritte große Ansatz ist die orthopädische Krankengymnastik, bei der man lernt, die gelähmte Seite mit Hilfe der unbeeinträchtigten Seite auszugleichen. Welche Behandlung im Einzelfall angewandt oder empfohlen wird, kann sich stark unterscheiden, je nachdem wer die Behandlung gestaltet.

Der Behandlungsplan kann einen einzelnen oder eine Kombination dieser Ansätze vorsehen. Manche beinhalten eine Vielfalt an Behandlungen. So wie sich die Behandlung von Physiotherapeut zu Physiotherapeut unterscheidet, unterscheidet sie sich auch von Land zu Land. Beispielsweise zeigt eine Studie, dass die Schlaganfallprogramme in Großbritannien und Belgien mehr Bewegungsübungen vorsehen können als deutsche und schweizerische.

Um festzustellen, ob ein bestimmter physiotherapeutischer Ansatz wirksamer ist als andere, analysierten Forscherinnen und Forscher der Cochrane Collaboration 21 klinische Studien, in denen diese Behandlungsformen bei Schlaganfallpatienten einzeln oder in Kombination angewendet wurden. Da die einzelnen Studien klein waren, gibt es nicht für jede einzelne Therapieform ausreichend wissenschaftliche Nachweise. Bei der Analyse der Studien konzentrierten sich die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler darauf, wie gut die Behandlungen das Gleichgewicht, die Kraft, das Gehvermögen und den Grad der Selbstständigkeit verbesserten.

Die Studien lieferten keine Informationen dazu, was die Patientinnen und Patienten sowie ihre Betreuer von der Behandlung halten, sodass unklar bleibt, welche Form der Physiotherapie sie bevorzugen. Es gibt auch keine genauen Informationen darüber, ob bestimmte Personengruppen von manchen Behandlungen mehr profitieren als von anderen. So wäre denkbar, dass sie bei jüngeren und älteren Menschen unterschiedlich wirken.

Die Behandlungen und die Studienteilnehmenden waren zu unterschiedlich, um Aussagen darüber zu machen, welche Therapie am besten wirkt und ob bestimmte Therapien auch schädlich sein können. Allerdings gibt es aus einigen Studien Hinweise, dass Physiotherapie, die auf einer Kombination unterschiedlicher Behandlungsansätze basiert, zu mehr Selbstständigkeit verhelfen könnte.

Eine andere Behandlungsform in der

Schlaganfallrehabilitation ist die Ergotherapie. Sie soll Menschen dabei helfen, Alltagstätigkeiten wieder zu erlernen. Sie können hier mehr über Ergotherapie lesen.

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.