

PHYSIOTHERAPIE

HIN ZU MEHR LEBENSQUALITÄT

Die Physiotherapie des Claraspitals Basel bietet eine Vielzahl klassischer und sehr spezialisierter Behandlungen an. Zum Leistungsangebot gehört auch der Support bei jeglichen Beschwerden am Bewegungsapparat.

Neben Wandern gehört Velofahren zu den beliebtesten Freizeitaktivitäten – die aber durchaus auch Gefahren bergen. Dies bekam ein 50-jährige Patient der Physiotherapie des Claraspitals zu spüren. Bei einem Sturz zog er sich einen komplizierten Oberarmbruch im Schulterbereich zu. «Nach der Stabilisierung des Bruchs mit einer Metallplatte haben wir den Patienten von März bis Juni 2023 intensiv begleitet. Anfänglich konnte er den Arm kaum schmerzfrei bewegen. Heute ist er wieder funktionsfähig in alle Richtungen», erzählt Norbert Bodemann, Leiter Physiotherapie des Claraspitals. Als erster Schritt wurden schnellstmöglich die Schmerzen in der verspannten Muskulatur eli-

«Wir finden für jedes Anliegen die optimale Behandlung.»

Norbert Bodemann, Leiter Physiotherapie Claraspital



miniert. Im Anschluss die Beweglichkeit verbessert, Schritt für Schritt die Muskulatur gestärkt und der Schwierigkeitsgrad laufend erhöht. Mittlerweile baut der Patient seine Muskeln durch selbstständiges Training weiter auf. Auf Wunsch kann er zu diesem Zweck zu einem geringen Tarif das umfangreiche Trainingsangebot im Claraspital nutzen.

Volle Konzentration
Bekannt ist die Physiotherapie im Claraspital – entsprechend dem medizinischen Fokus des Hauses – in erster Linie für spezialisierte Behandlungen in den Bereichen Bauch, Lunge, Beckenboden und Tumor. Weniger geläufig ist, dass hier auch sämtliche Beschwerden am Bewegungsapparat – orthopädi-

scher, traumatologischer und rheumatologischer Natur – mit viel Fachkompetenz behandelt werden. «Unsere zwölf Therapeutinnen und Therapeuten verfügen über viel Erfahrung, ergänzen sich fachlich ideal und pflegen einen regen Austausch. Sie vereinen verschiedene Behandlungsmethoden und bilden sich stetig weiter», sagt Norbert Bodemann. Auf diese Weise findet die Physiotherapie für jedes Anliegen die optimale Behandlung – beispielsweise mit der Myofaszialen Triggerpunkttherapie und dem Dry Needling (Triggerpunkttherapie mit Akupunkturnadeln), der Lymphologischen Physiotherapie (Manuelle Lymphdrainage und Kompressionstherapie), verschiedenen manualtherapeutischen Techniken, der Skoliotherapie nach Katharina Schroth und dem Kinesio Taping. Seit einigen Monaten bietet die Physiotherapie im Claraspital auch ein Trainingsprogramm zur Behandlung von Knie- und Hüftgelenksarthrosen an, das unter dem Namen GLA:D auch in der Schweiz immer bekannter wird.

Regel Austausch

Die Therapien finden in der Regel in ruhigen, voneinander getrennten Einzelbehandlungsräumen oder in einem der grosszügigen und bestens ausgestatteten Trainingssälen statt. Optimale Bedingungen also, die für die Patient/innen Ruhe und Intimsphäre bedeuten und die den Physiotherapeut/innen ein konzentriertes und effizientes Arbeiten ermöglichen.

Was die hausinternen Zuweisungen betrifft, besteht der grosse Vorteil der örtlichen Nähe aller in die Behandlung involvierter Fachpersonen. «Wir pflegen bei uns unkomplizierte und kurze Wege und tauschen uns regelmässig mit den behandelnden Ärztinnen und Ärzten aus», sagt Norbert Bodemann.

Oberste Priorität hat für das Team der Physiotherapie, dass die Patient/innen möglichst schnell schmerzfrei sind. Wie etwa jene Patientin, die zwei Jahre nach einer Brust-Operation unter einem unangeneh-

men Kribbeln in Armen und Beinen litt. In nur drei Sitzungen wurden in der Physiotherapie des Claraspitals die verursachenden Blockaden in der Wirbelsäule gelöst und anschliessend in weiteren Sitzungen die Muskulatur entspannt und gestärkt.



Übung aus dem Trainingsprogramm «GLA:D» zur Behandlung von Knie- und Hüftgelenkarthrose.

PHYSIOTHERAPIE AM CLARASPITAL

Die Therapeut/innen der Physiotherapie am Claraspital bieten hochspezialisierte Behandlungsmethoden, die bei Krebsleiden, Magen-Darm-Problemen, Adipositas oder Atemwegs- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen unterstützen: Beckenboden-Rehabilitation, Physiotherapie bei Beschwerden des Bewegungsapparates, Kardiale Rehabilitation für Herz-Kreislauf, Lymphologische Physiotherapie (Entstauungstherapie), Pulmonale Rehabilitation, Onkologische Rehabilitation (Physiotherapie bei Krebserkrankungen), Physiotherapie bei krankhaftem Übergewicht (Adipositas) sowie Craniosacrale Therapie.

Begonnen wird die Behandlung mit einer physiotherapeutischen Untersuchung, bei der Einschränkungen der Beweglichkeit, der Koordination, der Kraft, der Ausdauer, des Stoffwechsels, der Durchblutung sowie Schmerzen ermittelt und dokumentiert werden. Darauf folgt die Ausarbeitung eines individuell angepassten Übungs- und Behandlungsprogramms. Ziel ist eine Schmerzreduktion sowie eine Verbesserung der körperlichen Funktions- und Leistungsfähigkeit, was entscheidend zur Lebensqualität beiträgt.



Erklärungen zur Anatomie des Beckenbodens.