

[Schattenblick](#) → [INFOPOOL](#) → [MEDIZIN](#) → [FAKTEN](#)

## **VORSORGE/510: Fit für die OP - präoperative Physiotherapie (Thieme)**

Thieme Verlag / FZMedNews - Montag, 19. Juli 2010

### **Fit für die OP**

fzm - Patienten, die sich nach einer Operation mit physiotherapeutischer Hilfe wieder fit machen und eingeschränkte Funktionen zurückerobert - das ist klinischer Alltag. Doch eigentlich kommt die Physiotherapie damit zu spät: Viele Patienten würden davon profitieren, wenn sie bereits vor einem operativen Eingriff an ihrer Fitness arbeiten. In den Niederlanden wurde daher das Konzept der präoperativen Physiotherapie entwickelt. Wie dieses Konzept im Einzelnen aussieht erläutert die Ergotherapeutin und Bewegungswissenschaftlerin Christine Schaefer in der Fachzeitschrift "physiopraxis" (Georg Thieme Verlag, Stuttgart. 2010).

"Gerade bei älteren, gebrechlichen Menschen reicht es nicht, wenn man erst nach der Operation anfängt zu behandeln", sagt Nico van Meeteren. Der niederländische promovierte Therapeut gilt als einer der Vorreiter der präoperativen Physiotherapie. Inzwischen lehrt er als Professor für wissenschaftliche Physiotherapie an der Hochschule Fresenius in Idstein.

In der Regel müssen Patienten mehrere Wochen auf geplante Operationen wie onkologische Eingriffe oder den Einsatz eines neuen Hüft- oder Kniegelenks warten. "Diese Zeit kann genutzt werden", sagt Christine Schaefer und verweist auf niederländische Studien, nach denen das präoperative Training dazu beiträgt, dass die Patienten nach dem Eingriff wieder schneller fit für den Alltag sind. Im Fokus stehen dabei drei Funktionsbereiche: Die Leistungsfähigkeit des Atemwegsystems, des Herz-Kreislauf-Systems und der Muskeln. Um den funktionellen Status des Patienten vor der OP zu erfassen, reichen die bisher üblichen Untersuchungen jedoch nicht aus. Deshalb werden an mehreren niederländischen Kliniken derzeit Screeningverfahren erprobt, die ein genaueres Bild der möglichen Stärken und Schwächen eines Patienten zeichnen sollen.

Durch gezielte Übungen soll bei der präoperativen Physiotherapie die Fitness der Patienten verbessert werden. Ausdauertraining und Muskelkräftigung stehen dabei ebenso auf dem Programm wie die Erweiterung der Atemkapazität. "Besonders wichtig ist es, dass die Patienten dort trainieren, wo sie leben", berichtet van Meeteren. Neben den angeleiteten Trainingseinheiten bietet auch der Alltag viele Gelegenheiten, die Ausdauer zu trainieren. So motivieren die Therapeuten ihre Patienten etwa dazu, statt der Rolltreppe oder des Lifts die Treppe zu nehmen, im Stehen zu arbeiten oder die Tür selbst zu öffnen, wenn es klingelt. Allgemein sollten auch ältere Patienten möglichst viele alltägliche Verrichtungen selbst ausführen. Das ist auch ein Appell an die Angehörigen, die oft dazu neigen, ihnen jede Anstrengung abzunehmen.

Nach dem Motto "Better in - better out" verbessert die präoperative Physiotherapie die Lebensqualität und das körperliche Wohlbefinden der Patienten nach der Operation - das haben die bisherigen Studien gezeigt. "Es geht jedoch nicht nur um den Wohlfühlfaktor", betont Christine Schaefer. Handfestere Erfolge des frühen Trainings zeigen sich darin, dass die Komplikationsrate nach dem Eingriff sinkt und die Patienten die Klinik früher verlassen können. Besonders deutlich reduzierte sich in den Studien die Zahl der Komplikationen des Atemwegsystems bis hin zu Lungenentzündungen - ein Befund, der nahelegt, dass die präoperative Therapie womöglich sogar die Sterblichkeit nach schweren Operationen verringert.

C. Schaefer:  
Better in - better out  
physiopraxis 2010; 8 (5): S. 32-35

Quelle:  
FZMedNews - Montag, 19. Juli 2010  
Thieme Verlagsgruppe  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Rüdigerstraße 14, 70469 Stuttgart  
Tel: 0711-8931-319, Fax: 0711-8931-167  
Internet: [www.thieme.de/presseservice/fzmednews/](http://www.thieme.de/presseservice/fzmednews/)

veröffentlicht im Schattenblick zum 22. Juli 2010