

Behandlungsansätze der Physiotherapie bei Dystonie



Heidrun Pickenbrock, MSc.
Physiotherapeutin
Neurologie, Bereich
Bewegungsstörungen, der
Medizinischen Hochschule
Hannover

In der letzten Ausgabe der „Dystonie aktuell“ wurde aufgezeigt, dass das Ziel einer therapeutischen Behandlung im Bereich von verbesserter Handlungsfähigkeit liegen soll. Hierzu gibt es unterschiedliche Ansätze.

Der konventionelle Ansatz setzt im weitesten Sinn bei der Mobilisation und Dehnung der dystonen Strukturen an. Dies hat bei der Behandlung von dystonen Formen, die zu Fehlstellungen von Körperabschnitten zueinander führen, immer eine Berechtigung. Allerdings zeigt sich hier häufig das Problem der Dosierung. Wird die Behandlung, wie meist empfohlen, sehr vorsichtig begonnen, so kommt es zu wenig oder keiner Veränderung. Wird die Behandlung kräftiger durchgeführt, kommt es unter Umständen zu Schmerzen. Nur die systematische Analyse der Nebenwirkung Schmerz im Verhältnis zu der Verbesserung kann zu einer Dosisfindung führen, bei der es zu einer effizienten Behandlung kommt.

Bei einem weiteren Ansatz schult der Therapeut den Patienten in der Einnahme einer verbesserten Körperhaltung, meist der dystonen Körperabschnitte. Hier müssen zwei Probleme bedacht werden. Nur eine (fast) ständig eingenommene Veränderung könnte eventuell eine tatsächliche Wirkung hervorrufen. Bei der Konzentration auf andere Dinge im Alltag geht der gute Vorsatz verständlicher Weise häufig verloren. Außerdem führt der veränderte Haltungsversuch häufig dazu, dass sich gleichzeitig in nicht-betroffenen Körperabschnitten, auf die weder der Patient achten könnte, noch die ihm (und dem Therapeuten) auffallen, die Haltung ungünstig ändert.

Eine genaue Analyse der immer wieder auftretenden Haltungen, Bewegungen und Gewohnheiten in den nicht-dystonen Körperabschnitten führt zu einer weiteren Behandlungsoption. Immer führt die Dystonie auch zu sekundären, aber individuell unterschiedlichen Haltungs- und Bewegungsänderungen. Ständig

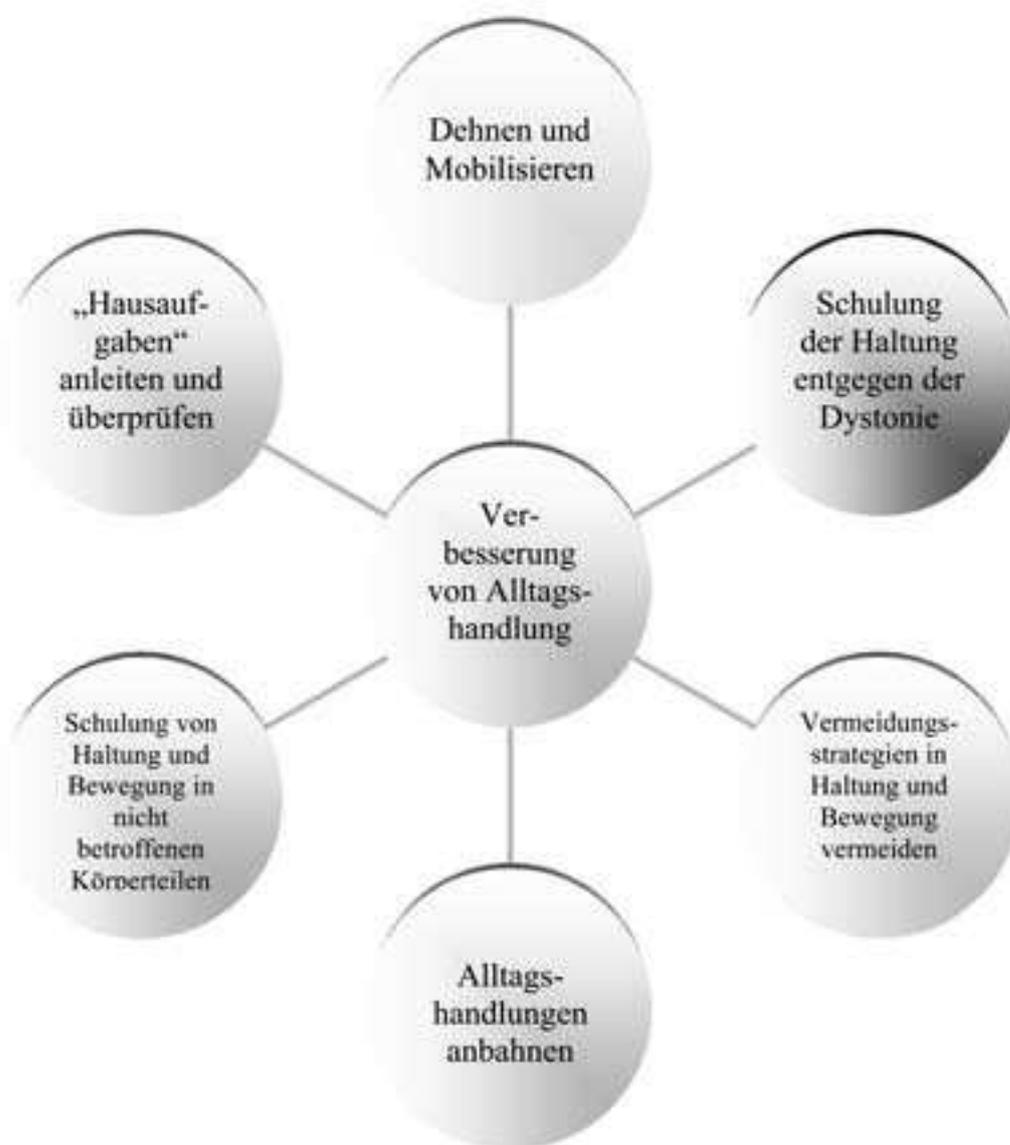
sitzt der Patient steif oder er belastet beim Stehen und Sitzen seine eine Körperhälfte oder er lehnt sich immer nach hinten. Dies im Alltag zu verändern, ist häufig leichter und hat gleichzeitig und fast immer einen positiven Einfluss auch auf den dystonen Körperabschnitt. Zusätzlich führt es fast immer zu einem unauffälligeren Bewegungsverhalten, denn die Umgebung nimmt unterbewusst meist nicht nur eine dystone Störung wahr, sondern auch das sehr einseitige Bewegungsverhalten im Gesamtbild. Zusätzlich führen Vermeidungsstrategien, aber auch die Dystonie häufig zur Schwächung von Muskeln. Dies zu erkennen und diese Muskeln gezielt zu kräftigen ist Teil dieses Behandlungsansatzes. Gerade dies ist auch ein wichtiger Behandlungsanteil nach der jeweiligen Botulinumtoxin-Injektion.

Eine eher alltagsorientierte Herangehensweise ist das Hinführen und Begleiten eines Patienten zu einem Alltagsziel wie: ich möchte wieder in einem schicken Restaurant essen, den Freund in „X“ besuchen, mit „Y“ bummeln gehen. Ausgesucht werden die Ziele, die auf die Dauer zu erreichen sind. Häufig werden sie aber so hoch angesetzt, dass sie nicht durchführbar sind. Der Therapeut entwickelt zusammen mit dem Patienten Zwischenschritte, Teilziele auf dem Weg zu dem eigentlichen Ziel. Lösungen, wie zunächst einmal nur 50 m das Haus zu verlassen, zunächst überhaupt mal wieder einen Bus zu benutzen oder auch ein Essen in einem Gasthaus mit dem Rücken zum Publikum werden erarbeitet und durch gemeinsame Ideen mehr und mehr erweitert. Dieser Ansatz scheint banal, vielleicht auch zu „verhaltenstherapeutisch“, als dass der Physiotherapeut ihn nutzt. Doch ist er häufig der Einzige, der den Patienten durch die regelmäßigen Treffen, aber auch seine Professionalität auf dem Weg zu mehr Aktivitäten begleiten und fördern kann.

Immer soll und muss die physiotherapeutische Behandlung auch eine Anleitung zu einem Hausaufgabenprogramm sein. Egal, ob Dehn- oder Entspan-

nungsübungen, Übungen zur Kräftigung oder für das Gleichgewicht, Änderung des Bewegungsverhaltens oder das Durchführen von Handlungsschritten im Alltag – nur eine regelmäßige Überprüfung und das regelmäßige Einfordern beweist dem Patienten, dass es sich um etwas Wichtiges handelt und motiviert ihn so, sich am therapeutischen Prozess zu beteiligen. Ebenso wie die Nachlässigen sollen aber auch die (Über)-Fleißigen an ein vernünftiges Maß herangeführt werden.

Alle hier aufgezählten Behandlungsansätze haben ihre Berechtigung. Die Kunst für den Therapeuten besteht darin, für den einzelnen Betroffenen die bestmögliche Mischung zu finden. Die physiotherapeutischen Behandlungen sollten fast immer zu einer Verbesserung führen, in wenigen Fällen zum Erhalt des Zustands. Die Verbesserung sollte dabei eine Auswirkung auf das Ausmaß oder die Probleme von Alltagsaktivitäten haben.



Behandlungsoptionen der Physiotherapie bei allen Dystonien. Die Kombination und Betonung einzelner Aspekte hängt von dem Ziel, der Dystonie und dem persönlichen Kontext ab.