

„Applied Kinesiology basierte Integrative Medizin“

Modul 11 Knie & Fuß

Das Modul behandelt Knie, Unterschenkel, Sprunggelenk und Fuß. AK-Challenges und bekannte wie auch neu vermittelte manuelle Muskeltests weisen wieder den Weg zum Verständnis von typischen Beschwerdebildern, wie diversen Knie- und Sprunggelenkinstabilitäten, den bekannten Tendopathien, Fußstatikveränderungen und Schmerzsyndromen.

Behandlungen erfolgen über die relevanten primären Störfelder, über myofasziale Techniken und manualtherapeutische Handgriffe. Berücksichtigt werden ferner Blockierungen und Dyslokationen der Sprunggelenke, Fußwurzel sowie von Tibia und Fibula mit neuen, unbekannt Techniken zur Befundung und Behandlungen sowie deren Bedeutung für Entstehung oder Persistenz von Beschwerden entfernter Gelenke sowie anderer Symptome.

Schließlich werden die reflektorischen Beziehungen des Fußes beleuchtet. Wie immer wird ein konkretes Patientenbeispiel im Erstkontakt vorgestellt und diskutiert.

Freitag		
13:00 60'	Das Knie aus funktioneller Sicht mit Ableitung pathogenetischer Mechanismen - Physiologische und pathologische Biomechanik des Knies - Reflektorische Beziehungen Knie - Ableitung AK-relevanter Beschwerdebilder am Knie	Bittmann T
14:00 75'	Befundung Knie Übersicht klinischer Untersuchungstechniken nach FRISCH Muskeltests a-p-Instabilitäten: - M. gastrocnemius - M. quadriceps femoris - gesamt u differenziert - M. popliteus (BL und RL) - Hamstrings – gesamt und differenziert Mediale/laterale Instabilitäten: - Pes anserinus-Gruppe; - tractus iliotibialis mit M. tensor fasciae latae und M. gluteus max.	Schwarz PD
15:15 15'	Pause	
15:30 45'	Übung Klinische Untersuchung und Muskeltests Knie	Schaefer/ Bittmann/ Schwarz P
16:15 45'	Kausale Diagnostik: TLs und AK-Challenges am Kniegelenk - TLs - Gelenkspele in a-p-Richtung und laterolateral; Fibulaköpfchen - Valgus-/Varusstress - Rotationen - weight bearing-Effekte; gait-Test - differenzierter Shock Absorber-Test an der unteren Extremität	Schaefer PD
17.00 – 17.45 45'	Übung TLs und Challenges am Knie sowie das Knie potenziell affektierender Areale	Schwarz/Alle P

Samstag		
9:00 60´	Wiederholung vom Vortag AK-spezifische Untersuchungen und Muskeltests am Knie	Schwarz PD
10.00 105´ mit Pause von ca. 10.30-10.45	Integrative Behandlung bei Schmerzsyndromen des Kniegelenks und nach OP (VKB, Meniskektomie) (primäre Störfelder, 5-Elemente, myofaszial, Chirotherapie, Organo-, Magnetfeldtherapie, Lymphe, weight bearing-Effekte, AK-kontrollierte Sporttherapie, life style, Taping, Instruktionen, Orthesen)	Schaefer/ Bittmann T PD
11:45 60´	Übung Integrative Behandlung Knie	Schaefer/Bittmann/ Schwarz/Henneke P
12:45 60´	Fuß, Sprunggelenk und Unterschenkel aus funktioneller Sicht mit Ableitung pathogenetischer Mechanismen - Physiologische und pathologische Biomechanik - Übersicht über AK-relevante Beschwerdebilder (Z.n. Inversionstrauma, instabiles Sprunggelenk; Achillodynie, Fersensporn, Band- und Kapselschmerz; Knickfuß, Längsgewölbeabsenkung, Über-Pronation; Tarsaltunnel, Spreizfuß, Hammerzeh, Hallux valgus)	Bittmann PD
13:45 60´	Mittagspause	
14:45 60´	Befundung Fuß, Sprunggelenk und Unterschenkel Übersicht klinische Untersuchungstechniken nach FRISCH - Inspektion - Palpation relevanter Tender points und myofaszialer Störungen - Prüfung der Funktionsbewegungen und Gelenkspiele (OSG in a-p, Pro- & Supination, Calcaneus-Shift; tibiofibularer Shift; Bänderstress, Tarsal & Metatarsalgelenke) Muskeltests 1 bei Achillodynie, Über-Pronation, Senkfuß - M. soleus - M. tibialis posterior - M. gastrocnemius - M. tibialis anterior	Schwarz T PD
15:45 15´	Pause	
16:00 60´	Übung Klinische Prüfungen und Muskeltests an Sprunggelenk und Fuß	Schaefer/Bittmann/ Schwarz/Henneke P
17:00 30´	Muskeltests 2 bei instabilem Sprunggelenk, Tarsal-Tunnel-Syndrom - Peroneusgruppe - M. flexor hallucis longus - M. flexor hallucis brevis - M. flexor digitorum longus et brevis - M. extensor hallucis longus et brevis - M. extensor digitorum longus et brevis	Schwarz PD
17:30 – 18:15 45´	Kausale Diagnostik: TLs und Challenges an Fuß, Sprunggelenk und Unterschenkel sowie diese Region potenziell affektierender Areale	Schaefer PD

Sonntag		
9.00 30´	Wiederholende Demo aller Untersuchungen zu Fuß, Sprunggelenk und Unterschenkel	Schaefer PD
9.30 60´	Übung zum Vortag Klinische Tests, Muskelprüfungen, TLs und Challenges an US/Sprunggelenk/Fuß	Linné/Bittmann/ Schwarz/Schaefer P
10.30 15´	Pause	
10.45 75´	Integrative Behandlung bei Schmerzsyndromen von US/Sprunggelenk/Fuß (primäre Störfelder, 5-Elemente, Chirotechniken, myofaszial, FDM, Organo-, Magnetfeldtherapie, AK-kontrollierte Sporttherapie und Intensivdehnung, life style, Taping, Orthesen und Hilfsmittel, Einlagen, Instruktionen, Sportlerberatung)	Bittmann/Schwarz PD
12.00 60´	Übung Integrative Behandlung US/Sprunggelenk/Fuß	Linné/Schaefer/ Schwarz/Bittmann P
13.00 30´	Kurze Mittagspause	
13.30 60´	Myofasziale Intensivdehnung Untere Extremität Hamstrings, M. quadriceps femoris, M. gastrocnemius, M tensor fasciae latae, Zehenstrecker	Bittmann PD P
14.30 – 16.00 90´	Demonstration Patientenbeispiel	Schaefer/Bittmann

T- Theorie, PD- Praxisdemonstration, P- Praxis

Die Referenten (alphabetisch):

Prof. Dr. rer. nat. habil. Frank Bittmann (Kursleitung)

Ltr. Abt. Regulative Physiologie und Prävention, Dpt. Sport- und Gesundheitswissenschaften, Universität Potsdam;
Vorsitzender und Mitgründer des Brandenburgischen Vereins für Gesundheitsförderung e.V.;
Vorsitzender Landesverband Brandenburg der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention;
Heilpraktiker (Integrative Medizin, Manuelle Medizin, Applied Kinesiology; Potsdam)

Dr. med. Karsten Linné – ärztliche Leitung

Facharzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin in eigener Praxis (Caputh);
Manuelle Medizin, Akupunktur nach Bahr, Applied Kinesiology;

Dr. phil. Laura Schaefer

MA Lehramt Sport und Mathematik; Promotion im Bereich der Sportmedizin
Wiss. Mitarbeiterin Universität Potsdam, Dpt. Sport- u. Gesundheitswissenschaften, Abt. Regulative Physiologie und Prävention;
Heilpraktikerin (Applied Kinesiology; Integrative Medizin; Potsdam)

Stefan Schwarz

Physiotherapeut (Barcelona);
Osteopathie, Faszienmodell, Leistungssportbetreuung;
Heilpraktiker, Applied Kinesiology