

# ESP Update Frozen Shoulder



Bildungszentrum Rehastudy  
Bad Zurzach, Winterthur  
Quellenstrasse 34  
CH-5330 Bad Zurzach  
Tel. +41 (0)56 265 10 20  
Fax +41 (0)56 265 10 29  
E-Mail [info@rehastudy.ch](mailto:info@rehastudy.ch)  
[www.rehastudy.ch](http://www.rehastudy.ch)

EDUQUA

Schweizerisches Qualitätszertifikat für Weiterbildungsinstitutionen  
Certificat suisse de qualité pour les institutions de formation continue  
Certificato italiano di qualità per istituzioni di formazione continua

# Kursausschreibung

## ESP Update Frozen Shoulder

### EINLEITUNG

Bereits 1872 beschrieb Duplay die schmerzhafte und eingeschränkte Schulter. Seitdem hat sich unser Wissen in der Diagnostik und Therapie immer weiter verbessert. In diesem Kurs wird der Einfluss von Entzündung, (Myo-)fibroblasten und Low Grade Inflammation als Erklärungsmodell der Ätiologie besprochen. Aufgrund von aktuellen Forschungsergebnissen wird die allgemeine Auffassung, dass eine Frozen Shoulder von selber ausheilt, widerlegt. Klinische Phasen der Frozen Shoulder und die daran gekoppelten Interventionen werden besprochen. Dabei wird mit zwei aktuellen Leitlinien gearbeitet. Medizinische Möglichkeiten wie Kortisoninjektionen und Arthroskopischer Kapselrelease gehören mit dazu.

### ZIELE

Nach diesem Kurs:

- Hast Du Dein Wissen auf dem Gebiet von Ätiologie, Prognose und medizinischen Möglichkeiten aktualisiert
- Kannst Du das aktive und passive Bewegungsausmass standardisiert mit Hilfe von Gonio- und digitalem Inklinometer messen
- Setzt Du die Fragebögen wie den Shoulder Pain and Disability Index ein
- Kannst Du zwischen intrinsischer, extrinsischer, primärer und sekundärer Frozen Shoulder unterscheiden
- Kannst Du Techniken aus der manuellen Therapie und dem myofaszialen Release auswählen und abhängig von der Aktualität der Beschwerden anwenden

### INHALTE

- Update Ätiologie und Prognose
- Red Flags und Differentialdiagnostik
- Phasen der Frozen Shoulder und "level of irritability" aufgrund von internationalen Leitlinien
- Assessment: AROM und PROM, Fragebögen
- Mobilisationstechniken mit TERT (total end range time) unter Einbezug des ESP-Rehakreises Mobilität
- Myofasziale Releasetechniken
- Übungs- und Trainingstherapie unter Einbezug der ESP-Rehakreise Koordination und Kraft

### METHODEN/ARBEITSWEISEN

50% Theorie und 50% Praxis

- 3.5 Stunden Theorie in Form von Inputreferaten
- 3.5 Stunden praktische Anwendungen in Kleingruppen
- Die Theorie bereitet die Grundlage zur praktischen Umsetzung vor. In der Praxis werden diverse Skills und Rehabilitationsmethoden geübt und vertieft.
- Vertiefung und Verständniskontrolle anhand diverser Aufgaben

Maximale Gruppengrösse: 24 Teilnehmende mit einer Lehrperson

### ANGABEN ZUR LEHRPERSON

Martin Ophey



- Physiotherapeut MSc.
- Seit 2003 für ESP Education Network tätig unter anderem mit den Themen Evidence Based Practice, Schulter- und Wirbelsäulenreha
- Er ist Mitherausgeber des Thieme Fachbuches "Sportphysiotherapie" das 2011 erschien. Ausserdem ist er Mitherausgeber der Thieme-Zeitschrift "Sportphysio".
- Publikationen (nicht vollständig):
  - Ophey M. Pathologien der langen Bizepssehne - Erkennen, testen, behandeln. Physiopraxis. 2017;(2):24-29. (German).
  - Ophey M. Fall 5: 55-jähriger inaktiver Mann mit Übergewicht und Diabetes. In: Bant H, Perrot G, eds. Lumbale Rückenbeschwerden - Aktive Rehabilitation in Der Physiotherapie. Stuttgart: Thieme; 2017:363-379.
  - Bant H, Haas H-J, Ophey M, Steverding M. Sportphysiotherapie. 2nd ed. Stuttgart; 2018.
  - Ophey, M. J., Bosch, K., Khalfallah, F. Z., Wijnands, A. M. M. P., van den Berg, R. B., Bernards, N. T. M., ... Tak, I. J. R. (2018). The decline step-down test measuring the maximum pain-free flexion angle: A reliable and valid performance test in patients with patellofemoral pain. Physical Therapy in Sport. (peer-reviewed).

## KURSVORAUSSETZUNGEN

Fachpersonen für Physiotherapie und Ergotherapie

Teilnahmevoraussetzungen: Berufsdiplom

## LEITUNG

Martin Ophey

Dauer	Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Sprache	Kosten
1 Tag	Bad Zurzach	03.12.2024	09.00 - 17.00 Uhr	24319	deutsch	CHF 250.-