

# ESP Themenkurs Arthrose/Osteoporose



Bildungszentrum Reastudy  
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@reastudy.ch](mailto:info@reastudy.ch)  
[www.reastudy.ch](http://www.reastudy.ch)

EDUQUA

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

# Kursausschreibung

## ESP Themenkurs Arthrose/Osteoporose

Modul der Ausbildung [Ausbildung: ESP Präventions- und Rehabilitations-TherapeutIn](#)

### EINLEITUNG

Arthrotische wie osteoporotische Probleme betreffen immer häufiger auch jüngere Personen. Neu erlernte diagnostische Tests und adäquate Interventionsmethoden unterstützen Dich im Rehabilitationsprozess. Nach diesem Kurs kannst Du Deine PatientInnen und KundInnen mit Arthrose und Osteoporose verantwortungsvoll und professionell im diagnostischen, therapeutischen und präventiven Prozess betreuen und beraten.

### ZIELE

Nach diesem Kurs:

- Kannst Du klinische Befunde (subjektive und physische) bewerten, analysieren und adäquate physiotherapeutische Behandlungen planen
- Evaluierst Du absolute und relative Kontraindikationen und Vorsichtssituationen (Red Flags)
- Kannst Du „S.M.A.R.T.“ definierte Behandlungsziele konzipieren
- Erstellst Du mithilfe der Kenntnisse über die physiotherapeutische Diagnose einen Leitfaden für die Bestimmung des Behandlungsplans
- Bist Du in der Lage, nach wissenschaftlichen und evidenzbasierten Erkenntnissen zu handeln und kritisch Deine physiotherapeutischen Interventionen nach ausgewählten Qualitätskriterien zu bewerten
- Managt Du eigenständig konkrete Patientenbeispiele
- Wendest Du die gewonnenen Kenntnisse über das Aufstellen eines Behandlungsplan nach ICF bei individuellen Patientenbehandlungen konkret an
- Evaluierst Du auf systematische Weise die Fortschritte unter Zuhilfenahme von anerkannten Messmethoden

#### Medizinisches Unterrichtsgebiet

Du kennst:

- die spezifische Physiologie und Funktionen des Bindegewebes von Knorpel und Knochen
- die unterschiedlichen Operationstechniken und deren klinische Relevanz für die Rehabilitation

#### Physiotherapeutisches Unterrichtsgebiet

Du kennst:

- die unterschiedlichen Pathologien/Verletzungen bei Knorpel und Knochen
- die unterschiedlichen physiotherapeutischen Tests bei Arthrose und Osteoporose und können diese praktisch ausführen und interpretieren
- die Prinzipien und Richtlinien für aktive Rehabilitation bei Patienten mit Arthrose und Osteoporose
- die relevanten Übungen der unteren Extremität und können diese praktisch ausführen

Du kannst:

- ein Rehabilitationsprogramm bei Patienten mit Arthrose und Osteoporose erstellen

## INHALTE

- Spezifische Physiologie des Bindegewebes und Funktionen von Knochen und Knorpel
- Pathologien des Knorpels und der Knochen; Stadien der Arthrose und Osteoporose, Klassifikationen und die klinische Relevanz für die physiotherapeutische Behandlung
- Physiotherapeutische Untersuchung bei Patienten mit Arthrose und Osteoporose; ein Leitfaden für die Diagnostik
- Trainingslehre Mobilität, Koordination, Kraft und Ausdauer
- Methodik aktive Rehabilitation bei Patienten mit Arthrose und/oder Osteoporose
- Erstellen von Rehabilitationsprogrammen
- Skillslab
- Fallbeispiele

## METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Im ersten Tagesteil werden die theoretischen Grundlagen in Form von Inputreferaten zur praktischen Umsetzung des zweiten Tagesteiles vorbereitet.
- Im praktischen Teil werden diverse Skills und Rehabilitations-methoden in Kleingruppen geübt und vertieft. Zur Vertiefung und Verständniskontrolle werden zudem Aufgaben an die Teilnehmenden abgegeben.

### Lernerfolgskontrolle

Beim praktischen Üben wird mittels Feedback vom Dozenten sowie Peerfeedback die Selbstkontrolle gefördert. Lernziele werden anhand eines Fallbeispiels verinnerlicht. Während des Kurses wird regelmässig das Erlernete wiederholt und es werden zusätzlich kurze Selbstreflexionen durchgeführt.

**Maximale Gruppengrösse:** 24 Teilnehmer bei einer Lehrpersonen

## ANGABEN ZUR LEHRPERSON



- 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):
- Opey M. Pathologien der langen Bizepssehne – Erkennen, testen, behandeln. Physiopraxis. 2017;(2):24–29. (German).
- Opey 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, Opey M, Steverding M. Sportphysiotherapie. 2nd ed. Stuttgart; 2018.
- Opey, 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, Sport- und Bewegungswissenschaft sowie SportlehrerInnen und Ärzteschaft

Teilnahmevoraussetzungen: Berufsdiplom

Ab 2023 das Absolvieren des Online Wundheilungsmoduls obligatorisch.

Der Kurs baut auf dem Curriculum der Fachhochschulen für Physiotherapie auf. Es wird demnach erwartet, dass die Basiskenntnisse und -kompetenzen betreffend Anatomie und Physiologie von Knochen und Knorpel beherrscht werden. Ebenfalls werden sportwissenschaftliche Basiskenntnisse in den Bereichen Mobilität, Koordination, Kraft und Ausdauer vorausgesetzt.

## LEITUNG

Martin Opey

## BEMERKUNGEN

Dieser Kurs ist eine Einzelveranstaltung der Ausbildung ESP Präventions- und Rehabilitations-TherapeutIn, kann jedoch auch unabhängig davon besucht werden. Wir empfehlen die Basismodule vor den Themenkursen zu absolvieren. Die Inhalte der Basismodule werden nicht in den Themenkursen besprochen.

### Curriculum

Als Zulassung zur Prüfung benötigst Du die beiden Basismodule Prävention und Rehabilitation sowie mindestens 4 frei wählbare Themenkurse.

**Online Wundheilungsseminar**

Obligatorisch, ausser Basiskurs Rehabilitation wurde bereits bis Ende 2022 absolviert



**Basismodul Prävention**

**Basismodul Rehabilitation**

4 Themenkurse nach Wahl

<b>Fuss</b>	<b>Schulter</b>
<b>Knie</b>	<b>Wirbelsäule</b>
<b>Hüfte</b>	<b>Arthrose/Osteopor</b>

Dauer	Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Sprache	Kosten
2 Tage	Bad Zurzach	04.12.2025 05.12.2025	09.00 - 17.00 Uhr 09.00 - 17.00 Uhr	25304	deutsch	