

# ESP Update Scapuladyskinesie



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 svizzero di qualità per istituzioni di formazione continua

# Kursausschreibung

## ESP Update Scapuladyskinesie

### EINLEITUNG

Entstehen Schulterbeschwerden aufgrund von Skapuladysfunktionen oder entstehen Skapuladysfunktionen aufgrund von Schmerzen und kann dies abschliessend beurteilt werden?

Während in Unterrichtsbüchern meistens extreme Formen von Skapuladysfunktion besprochen werden (wie zum Beispiel nach Nervus thoracicus longus Ausfall) sehen PhysiotherapeutInnen im Praxisalltag viel häufiger diffuse Auffälligkeiten im skapulothorakalen Rhythmus die alles andere als einfach zu interpretieren sind.

Dieser Kurs geht auf diese Fragen ein und bietet Hilfestellungen mittels Skapuladyskinesie-Tests und Symptommodifikation als eine Strategie und Interventionsmöglichkeit.

### ZIELE

Nach diesem Kurs:

- Kennst Du die verschiedenen Arten der Skapuladysfunktion
- Kannst Du den Skapuladyskinesie-Test in Kombination mit Symptommodifikation anwenden
- Bist Du in der Lage einzuschätzen, ob es sich eher um ein Problem im Sinne von “soft tissue flexibility” oder “muscle performance” handelt
- Wählst und wendest Du Weichteiltechniken gezielt aus
- Kannst Du gezielt Übungen auswählen und deren Intensität wie Frequenz bestimmen

### INHALTE

- Bedeutung der Skapula bei Alltags- und Sportaktivitäten
- Prävalenz von Skapuladyskinesie (auch bei gesunden Personen)
- Red Flags wie Parsonage-Turner Syndrom
- Skapuladyskinesie nach Kibler
- Skapuladyskinesie-Tests
- Flowchart von Cools bezüglich “soft tissue flexibility” und “muscle performance”
- Weichteiltechniken
- Übungs- und Trainingstherapie unter Einbezug der ESP-Rehakreise Koordination und Kraft

### METHODEN/ARBEITSWEISEN

- 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



- 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

Teilnahmevoraussetzung: Berufsdiplom

Sporttherapeuten sind natürlich im Kurs auch Willkommen. Der Kurs besteht teilweise aus Übungstherapie und teilweise aus manuellen Fertigkeiten, zum Beispiel Massagetechniken. Wenn sie das interessant finden und brauchbar ist für ihre Praxis sind sie herzlich willkommen.

# LEITUNG

Martin Ophey

Dauer	Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Kosten
1 Tag	Bad Zurzach	19.06.2025	09.00 - 17.00 Uhr	25318	CHF 250.-