

# ESP Themenkurs Fuss



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 Themenkurs Fuss

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

### EINLEITUNG

Im Alltag, bei der Arbeit, während Hobby und Sport kommt es häufig zu Fussverletzungen. Dieser Kurs gibt Einblick in die unterschiedlichen Formen von Verletzungen wie Distorsionstrauma, Instabilität, Sehnenverletzungen, Knorpelläsionen, Impingementsyndrom usw.

Die gezielte Untersuchung und aktive Rehabilitation stellen hohe Anforderungen an das ganze Reha-Team. Mit welchen Tests kann ich die Diagnose optimal stellen? Wie verläuft der Wundheilungsprozess? Was kann ich wie und wann während der Rehabilitation machen? Fragen, die immer wieder auftauchen und in diesem Kurs beantwortet werden.

### ZIELE

Nach diesem Kurs:

- Bist Du in der Lage, klinische Befunde (subjektive und physische) zu bewerten, analysieren und adäquate physiotherapeutische Behandlungen zu 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
- Kannst Du nach wissenschaftlichen und evidenzbasierten Erkenntnissen handeln und kritisch ihre physiotherapeutischen Behandlungen nach ausgewählten Qualitätskriterien bewerten
- Managt Du eigenständig konkrete Patientenbeispiele
- Kannst Du die Kenntnisse über das Aufstellen eines Behandlungsplan nach ICF bei individuellen Patientenbehandlungen anwenden
- Evaluierst Du auf systematische Weise die Fortschritte unter Zuhilfenahme von anerkannten Messmethoden

#### Medizinisches Unterrichtsgebiet

Du kennst:

- die spezifische Physiologie und Funktion des Bindegewebes von Kapsel, Bänder, Sehnen und Knorpel
- die Anatomie und Biomechanik des Fusses sowie deren klinische Relevanz für die Diagnostik und Behandlung

#### Physiotherapeutisches Unterrichtsgebiet

Du kennst:

- die am häufigsten vorkommenden Verletzungen am Fuss
- die unterschiedlichen physiotherapeutischen Tests bei den unterschiedlichen Verletzungen

- die Prinzipien und Richtlinien für aktive Rehabilitation bei Patienten mit Fussbeschwerden und können diese klinisch anwenden
- die wichtigsten Übungen der unteren Extremität und können diese praktisch ausführen

## INHALTE

- Anatomie und Biomechanik des Fusses
- Spezifische Physiologie des Bindegewebes
- unterschiedliche Pathologien/Verletzungen
- Physiotherapeutische Tests (praktische Ausführung)
- Physiotherapeutische Modelle
- Richtlinien und Belastungsaufbau für aktive Rehabilitation
- Relevante Übungen der unteren Extremität (praktische Ausführung)
- 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 Rehabilitationsmethoden 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 Lehrperson.

## ANGABEN ZUR LEHRPERSON



- MAS Managed Health Care
- MAS Sportphysiotherapie
- Physiotherapeut FH
- Teamleiter Untere Extremität an der Universitätsklinik Balgrist in Zürich
- Externer Dozent an der ZHAW

## **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. Die Basiskenntnisse und -kompetenzen betreffend Anatomie und Physiologie der Hüfte müssen beherrscht werden. Ebenfalls werden sportwissenschaftliche Basiskenntnisse in den Bereichen Mobilität, Koordination und Kraft vorausgesetzt.

## **VORBEREITUNGSauftrag**

Bitte bring Sportkleidung für Indoor mit.

## **LEITUNG**

René Giger

## **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**

Für den Abschluss ESP Präventions- und Rehabilitations-TherapeutIn 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 |
|--------|-------------|--|---|---------|---------|--------|
| 3 Tage | Bad Zurzach | 28.09.2025<br>29.09.2025<br>30.09.2025 | 09.00 - 17.00 Uhr<br>09.00 - 17.00 Uhr<br>09.00 - 17.00 Uhr | 25307   | deutsch |        |