

Jürgen Innenmoser

AKTIVE WASSERTHERAPIE

FÜR BEHINDERTE UND CHRONISCH KRANKE

Meyer & Meyer Verlag



Inhaltsverzeichnis

Vorwort des Herausgebers	9
1 Einführung	10
2 Maßnahmen der Rehabilitation von Behinderten und Chronisch Kranken	
Bestimmungsmerkmale für die Aktive Wassertherapie	16
2.1 Rehabilitation als Begriff und als Prozess	16
2.2 Schädigungen/Funktionsstörungen und Rehabilitation	18
2.3 Rehabilitation in Abhängigkeit vom Lebensalter	19
2.4 Rehabilitation bei Mehrfachschädigungen (Mehrfachbehinderungen)	21
2.5 Die Rehabilitationsstraße oder: Rehabilitation in Stufen	22
2.6 Rehabilitationsverlauf bei Chronischen Krankheiten im Kindesalter	24
2.7 Rehabilitation bei progredienten Erkrankungen	25
2.8 Zusammenfassung	26
3 Wasser als Bewegungs- und Therapieraum für Behinderte und Chronisch Kranke: Grundlagen der Aktiven Wassertherapie	
Vorbemerkung	29
3.1 Wassereigenschaften und Wirkungen auf den Menschen	31
3.1.1 Biomechanische und physikalische Fakten	36
3.1.1.1 Auftrieb – Schwerkraft	36
3.1.1.2 Widerstand – Vortrieb	40
3.2 Physiologische Wirkungen des Wassers	43
3.2.1 Sinnesphysiologische Wirkungen	43
3.2.1.1 Komplexe Wirkungen	43
3.2.1.2 Wirkungen auf das visuelle System (Sehen)	44
3.2.1.3 Wirkungen auf das taktile System (Tastsinn)	45
3.2.1.4 Wirkungen auf das kinästhetische Sinnessystem (Tiefensensibilität, Propriozeption)	45
3.2.1.5 Wirkungen auf das Gleichgewichtssystem (vestibuläre Sinne)	48

3.2.1.6	Wirkungen auf das akustische System	50
3.2.2	Wirkungen des Wassers auf energetisch-konditionelle Funktionen – notwendige und erwünschte Anpassungen	50
3.2.2.1.	Wirkungen des hydrostatischen Drucks.....	50
3.2.2.2.	Wirkungen der Temperatur	58
3.3	Wirkungen des Wassers auf psychische Vorgänge	61
3.3.1	Wirkungen des Wassers auf die Befindlichkeit	63
3.3.2	Wirkungen des Wassers auf positive Emotionen.....	66
3.3.3	Probleme und Schwierigkeiten beim aktiven Aufenthalt im Wasser	69
4	Grundvoraussetzungen für mobilisierende und kräftigende Wirkungen der Aktiven Wassertherapie bei Behinderten und Chronisch Kranken	71
4.1	Der Aufenthalt in der Senkrechten: Stehen und Gehen.....	71
4.2	Der Aufenthalt in der Horizontalen: Schweben und Schwimmen.....	77
4.3	Theoretische und praktische Konsequenzen der statischen Körperlage	81
4.4	Zusammenfassung	87
5	Charakterisierung der Behinderungsarten und Funktionsbeeinträchtigungen und Möglichkeiten der Anwendung der Aktiven Wassertherapie	88
5.1	Funktionsstörungen der kognitiven Leistungen („geistige Behinderung“)	91
5.2	Beeinträchtigungen psychischer Funktionen	95
5.2.1	Essstörungen (Adipositas, Bulimia nervosa, Anorexia nervosa).....	95
5.2.2	Depressive Funktionsstörungen	97
5.2.3	Psychische Funktionsstörungen als Schizophrenie	98
5.2.4	Psychische Funktionsstörungen als abnorme Abhängigkeit	99
5.2.5	Psychische Funktionsstörungen als psychoreaktives und psychoneurotisches Fehlverhalten	101
5.3	Funktionsstörungen und chronische Krankheiten der inneren Organe	103
5.3.1	Funktionsstörungen des Herz-Kreislauf-Systems.....	104
5.4	Körperliche Funktionsstörungen	106

5.5	Beeinträchtigungen der Sinnesfunktionen und Kommunikationsstörungen.....	108
5.6	Zusammenfassende Einordnung	111
6	Prinzipien der Diagnostik und der Durchführung von Maßnahmen der Aktiven Wassertherapie.....	113
6.1	Diagnostik/Testverfahren	113
6.1.1	Bewegungs/Haltungskontrollen.....	121
6.1.2	Tests der energetisch-konditionellen Leistungen	131
6.1.3	Überprüfungen psychischer Merkmale und der Befindlichkeit.....	135
6.2	Die Gestaltung sporttherapeutischer bzw. sportpädagogischer Maßnahmen	141
6.2.1	Die Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport im Rahmen der Rehabilitation	141
6.2.2	Rehabilitationssport und Sporttherapie: spezielle und anspruchsvolle Maßnahmen der Rehabilitation	147
6.2.3	Methodische Prinzipien zur Durchführung und Planung.....	154
6.2.4	Verhalten des Sportlehrers bzw. Sporttherapeuten.....	162
6.2.5	Zusammenfassung.....	165
7.	Didaktisch-methodische Aspekte der Aktiven Wassertherapie	166
7.1	Ausgangsbedingungen.....	166
7.1.1	Technische Voraussetzungen	168
7.1.2	Organisatorische Vorbereitungen	175
7.1.3	Intensitätssteuerung.....	181
7.2	Therapeutische Teilgebiete	184
7.2.1	Körperwahrnehmung und Bewegungssteuerung.....	185
7.2.2	Stehen und Gehen von Betroffenen mit Tetraathetose und Tetraspastik.....	203
7.2.3	Aktivierung und Schmerzbeeinflussung bei Rheumatikern und Morbus Bechterew-Betroffenen.....	212
7.2.4	Aktive Wassertherapie bei Multiple Sklerose-Betroffenen	232
7.2.5	Aktive Wassertherapie mit Schlaganfallpatienten	249
7.2.6	Bewegungsaktivierung mit Parkinsonpatienten	261
7.2.7	Aktive Wassertherapie bei Asthma bronchiale und Lungenfunktionsstörungen.....	268
7.3	Gehschule in der Aktiven Wassertherapie.....	279

7.3.1	Gehschule mit bewegungsbehinderten Kindern	283
7.3.2	Gehschule für gehbehinderte Erwachsene	289
7.4	Aqua jogging in der Aktiven Wassertherapie	296
7.4.1	Allgemeine Konzepte	296
7.4.2	Anwendung bei Behinderten und Chronisch Kranken	297
7.4.3	Integratives Aqua jogging	305
7.5	Wassergymnastik mit Behinderten und Chronisch Kranken	309
7.5.1	Allgemeine Vorgaben	309
7.5.2	Indikationen bei Schädigungen und Funktionsstörungen	312
7.6	Aktive Wassertherapie und Schwimmen	316
7.6.1	Fortbewegung trotz Bewegungseinschränkung	318
7.6.2	Wahl der Körperlage und der Bewegungstechnik	320
7.6.3	Intensitätssteuerung	323
7.7	Organisation der Aktiven Wassertherapie	325
7.7.1	Organisatorische und institutionelle Vorbereitungen	325
7.7.2	Finanzierungsmöglichkeiten	326
8	Ausblick	329
9	Literatur	332
	Bildnachweis	358