

Januar 2023

Teilnahme an Kurs » GLA:D® Schweiz Arthrose

Am 27./28. Januar 2023, habe ich am «Zertifizierte GLA:D® Schweiz Arthrose» Kurs teilgenommen und diese Weiterbildung erfolgreich abgeschlossen. GLA:D® steht für Good Life with osteoArthrosis in Denmark. Vorerst werde ich die Kenntnisse über dieses evidenzbasiertes Übungsprogramm bei meinen Patienten mit Knie- und/oder Hüftarthrose individuell in ihre Einzel-Therapie integrieren. Bei Interesse an einer Teilnahme eines laufenden Programms, bin ich gerne bei der Suche nach einer Praxis behilflich, welche das GLA:D® Programm in der Gruppe anbietet.

Dezember 2022

Teilnahme an Kurs «Update Patellofemoraler Schmerz»

Am Montag, 05.12.2022, habe ich mich einen Tag lang mit den «patellofemorale Schmerzen (PFS)» befasst, also den Schmerzen rundum die Kniescheibe (= Patella). Diese Problematik behandle ich sehr regelmässig in meiner Praxis. Ich freue mich sehr, meine bisherigen Erfahrungen mit diesen neuen Erkenntnissen und Behandlungsmethoden ergänzen zu können. Zurück in der Praxis kann ich das neue Wissen direkt umsetzen. Erste Patientenbehandlungen haben stattgefunden und sind vielversprechend. Mit einem kurzen Test vor der Behandlung und einem Re-Test direkt nach der Behandlung ist eine Veränderung auch für die Patientin oder den Patienten sofort sicht- und spürbar.

November 2022

Teilnahme an Kursen im November

Am Samstag, 12.11.2022, habe ich den Kurs «Notfalltraining für TherapeutInnen» besucht. Nach meiner Teilnahme an diesem Kurs ist mein Wissen und die praktischen Kenntnisse über die adäquate Versorgung der Patienten in Notfallsituationen nach den neuesten Erkenntnissen aufgefrischt und nochmals eingeübt. Ich habe mich dazu entschlossen, nach Möglichkeit schon bald ein Notfall-Set in der Praxis mit einem mobilen Defibrillator zu ergänzen.

Am Donnerstag, 17. und Freitag, 18.11.2022 habe ich an der Schulthess Klinik in Zürich die Tagung «Update Schulterchirurgie» besucht. Im Mittelpunkt dieser Veranstaltung stand die moderne Diagnostik und Behandlung von Erkrankungen bzw. Verletzungen des Schultergelenkes. Die Behandlung des Schultergelenkes ist eines meiner Spezialgebiete und ich freue mich sehr, dass ich mein Wissen in diesem Gebiet erweitern konnte.

September 2022

Teilnahme an Fachtagungen im September

Am Donnerstag, 01.09.2022, habe ich die Fachtagung «Die Schulter und Hochleistungssportler - was kann passieren?» und am Mittwoch, 14.09.2022, das jährliche Symposium des Zürcher Forum für Applied Sport Science besucht. Beide Tage waren sehr interessant und lehrreich. Aus beide Tagungen nehme ich neuem Wissen mit für meine Arbeit in der Praxis.

Mai 2022

Besuch Workshop «Triggerpunkt-Therapie Selbstmanagement»

Am Samstag, den 07. Mai 2022, besuchte ich in Zürich oben genannten Tageskurs. Anlass für diesen Workshop war die Erstausgabe eines Buches über die Selbstbehandlung der Triggerpunkte und Faszien. In diesem Buch werden auf sehr verständliche Weise die Hintergründe und Ursachen für das Entstehen von myofaszialen Schmerzen erklärt und gezeigt, wie die Schmerzen selbst behandelt werden können. Es gibt zudem ausführliche Anleitungen für ein funktionelles Training, damit weitere Schmerzen vermieden werden können. In der Praxis arbeite ich täglich mit der manuellen Triggerpunkt Therapie und weiß deshalb, wie wichtig es ist, auch Informationen über ein Selbstmanagement weitergeben zu können. Dieses Buch hat mich sehr überzeugt und gebe es sehr als Buch-Empfehlung weiter.