

**FUNKTIONELLES TRAINING**



**Gute Übungsauswahl** > Ein Buch wie eine Übungsdatenbank! Auf knapp 500 Seiten präsentiert Hans-Dieter Kempf sein umfassendes Übungsrepertoire und bietet damit einen kreativen Anstoß für den Therapiealltag. Ob Theraband, Gymstick, Hanteln, Kettlebell und anderes, die Auswahl der Kleingeräte ist vielfältig.

Der Autor erläutert anfangs die Theorie des Kraft- und sensomotorischen Trainings sowie ein sportmotorisches Testmodul. Das Kernstück des Buchs beinhaltet die Übungen. Sie geben einen gelungenen Abriss darüber, was mit den Geräten möglich ist. Wer jedoch eine nach Pathologien orientierte Übungsauswahl sucht, wird enttäuscht werden. Die Übungen sind nach Trainingsgeräten sortiert und ermöglichen so eine abwechslungsreiche Auswahl zu unterschiedlichen Zwecken. Somit gibt der Autor dem Leser kein „Programm“ für bestimmte Indikationen vor, sondern eine Übungsauswahl, die sich individuell an unterschiedlichste Zielsetzungen in der Patientenbehandlung anpassen lässt. Durch den Webzugang können die Übungen auch als Video angeschaut und individuell zusammengestellt werden.

Eine gelungene Trainingsmischung für alle Kleingeräte, die in der physiotherapeutischen Praxis eingesetzt werden können. Die theoretischen Inhalte sind im Vergleich zu den praktischen etwas kurz geraten und hätten mehr Tiefgang vertragen. Doch das schmälert den praktischen Nutzen in keiner Weise. Ein empfehlenswertes Buch für Therapeuten, die eine solide Basis an Übungen für den praktischen Arbeitsalltag suchen.

Kay Bartrow, *Physiotherapeut, Lehrbeauftragter für Physiotherapie, anerkannter Fachlehrer KG-Gerät und MTT aus Balingen*

H.-D. Kempf (Hrsg.)  
**Funktionelles Training mit Hand- und Kleingeräten**  
 Springer Verlag 2014, 492 S., 49,99€  
 ISBN 978-3-662-43658-5



**RÜCKENSCHMERZEN**



**Geeignete Versorgungskonzepte** > Volker Amelung und Ralph Lägel setzen sich in diesem Fachbuch mit Versorgungsstrukturen und -modellen von Rückenschmerzen auseinander. Trotz des fortgeschrittenen Stands der Medizin sind Schmerzerkrankungen, vor allem Rückenschmerzen, immer noch eine Herausforderung. Betroffen sind in erster Linie Patienten, aber auch Leistungserbringer und das Gesundheitssystem. Hohe Kosten, lange Leidenswege, viele therapeutisch Beteiligte sowie für Patienten teilweise undurchschaubare Gesundheitsstrukturen sind kennzeichnend dafür.

Mit diesen Fakten im Hintergrund informiert das Buch über erfolgversprechende integrierende Versorgungsmodelle. Die beiden Herausgeber nehmen den Leser mit auf den Entstehungsweg zu umsetzbaren Modellen. Dabei zeigen sie wesentliche Eckpunkte auf, die ein Versorgungskonzept der heutigen Zeit beinhalten muss, sowie die Sichtweisen von allen potenziell Beteiligten.

Das Buch ist ein guter Leitfaden, der in keiner Physiotherapiepraxis fehlen sollte. Er bietet eine Auswahl an erfolgreichen Methoden und informiert über die damit verbundenen rechtlichen Rahmenbedingungen.

Anja Kuhnke, *MSc, Physiotherapeutin aus Nehren*

V. E. Amelung, R. Lägel (Hrsg.)  
**Innovative Konzepte und Verträge in der Rückenschmerztherapie**  
 Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft 2014, 244 S., 54,95€  
 ISBN 978-3-95466-141-1



**RATGEBER**

**Zu Hause üben** > Zwei erfahrene Osteopathen haben ein Programm für Patienten zusammengestellt, das erzielte Behandlungsergebnisse erhalten und weiter verbessern soll. Die Übungen reichen von der Gelenkmobilisation und Muskelkräftigung über Faszientechniken, Organübungen, die Entstauung von Venen bis hin zu Lockerung und Entspannung. Selbst der Leistungssportler wird nicht vergessen. Das Buch ist gut bebildert, wesentliche Punkte sind farblich abgehoben. Es lässt sich auch als Nachschlagewerk nutzen. Die Autoren beschreiben jede Übung mit Indikationen, möglichen Fehlern und teils auch mit einer Variation. Ein Nachteil ist, dass sie die Wirkungsweise oft sehr positiv darstellen. Das könnte bei manchen Patienten zu große Hoffnungen wecken (so beispielsweise auf S. 53 „... Hiatushernie kann so erfolgreich behandelt und eine OP verhindert werden ...“). Auch muss der Übende immer einen Pilates-Roller (im Buch der Firma Novacare) und teilweise weitere Handgeräte einsetzen.



Der Ratgeber eignet sich sowohl für Therapeuten, die ihren Patienten eine osteopathische Übung an die Hand geben wollen, als auch als Übungsbuch für Patienten.

Claudia Baßler, *Physiotherapeutin aus Müllheim*

M. Merkel, S. Kosik  
**Osteopathische Übungen mit dem Pilates-Roller**  
 2. Auflage  
 Meyer und Meyer Sport 2014, 240 S., 19,95€  
 ISBN 978-3-89899-863-5



**LESEREMPFEHLUNG**

Hat Sie ein Buch so bewegt, dass Sie es Ihren Kollegen empfehlen wollen? Dann schreiben Sie uns: **physiopraxis@thieme.de**. Die besten Tipps belohnen wir mit einem Platz in physiopraxis.

Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.