



Patienteninformation

Physiotherapie bei Funktionsstörungen der unteren Extremität

Als Funktionsstörung der unteren Extremität werden alle Beschwerden bezeichnet, die mit Hüfte, Knie und Fußgelenk zu tun haben. Dafür gibt es unterschiedliche Ursachen. Viele können mit Physiotherapie wirkungsvoll behandelt werden.

Häufige Beschwerdebilder

- Hüft- und Kniearthrose
- Hüft- und Knie-Totalendoprothese (TEP)
- Beinfehlstellungen (zum Beispiel X- oder O-Beine)
- Fußfehlstellungen (zum Beispiel Hallux valgus, Knick-Senk-Fuß, Plattfuß)
- Bandverletzungen am Knie (zum Beispiel Kreuzbandriss)
- Sprunggelenksverletzungen (zum Beispiel Bänderriss)
- Knochenbrüche

Physiotherapie bei Funktionsstörungen der unteren Extremität

Ursachen

Die Ursachen für diese Funktionsstörungen können vielfältig sein. Fehlstellungen sind oft angeboren, eine Arthrose kann unter anderem familiär veranlagt sein. Weitere Faktoren, die diese Funktionsstörungen begünstigen können, sind Übergewicht, schwere körperliche Arbeit oder Dauerbelastungen durch intensives Training. Auch Verletzungen beim Sport können ursächlich für Beschwerdebilder der unteren Extremität sein. Diese entstehen beispielsweise durch Verdrehen des Knies bei Änderung der Bewegungsrichtung oder beim spontanen Abbremsen.

Symptome

Die Symptome von Funktionsstörungen der unteren Extremität können unterschiedlich ausgeprägt sein. Häufig treten Schmerzen, Bewegungseinschränkungen sowie ein Kraftverlust bestimmter Muskelgruppen einzeln oder in Kombination auf.

Physiotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten

Physiotherapie ist ein wichtiger Bestandteil der Behandlung von Funktionsstörungen der unteren Extremität. Auch nach einer Operation ist eine Rehabilitation durch Physiotherapie sinnvoll. Vor Beginn der physiotherapeutischen Behandlung findet eine Befundung/Diagnostik durch den Physiotherapeuten statt. Auf dieser Grundlage wird die Therapie geplant.

Die folgenden physiotherapeutischen Behandlungsmöglichkeiten stehen – je nach Diagnose – zur Verfügung:

- Krankengymnastik, zum Beispiel zur Mobilisation von Gelenken oder zur Kräftigung der Muskulatur, ggf. auch im Bewegungsbad
- Gerätegestützte Krankengymnastik (KG-Gerät), zum Beispiel zur Kräftigung der Muskulatur
- Manuelle Therapie, zum Beispiel Muskel- und Gelenktechniken
- Reha-Sport, Funktionstraining (Gruppentraining unter Anleitung)
- Ultraschalltherapie, Kältetherapie oder Elektrotherapie



Bundesverband
selbstständiger
Physiotherapeuten –
IFK e.V.

Gesundheitscampus-Süd 33
44801 Bochum
Telefon: 0234 97745-0
Telefax: 0234 97745-45
E-Mail: ifk@ifk.de

www.ifk.de

Weiterführende Informationen unter anderem zu diesen Funktionsstörungen der unteren Extremität finden Sie auf der Internetseite des Bundesverbandes selbstständiger Physiotherapeuten – IFK e.V.

