

# WORKSHOP

## Myofasziale Triggerpunkt-Therapie bei **Knieschmerzen**

**Thema:** Knieschmerzen können vielfältige Ursachen haben. Myofasziale Störungen (Triggerpunkte und Faszienstörungen) spielen dabei oft eine zentrale Rolle. In diesem Workshop nehmen wir uns Zeit, die relevanten myofaszialen, artikulären und neuralen Strukturen mittels Screening-Tests zu untersuchen, differenziert zu palpieren sowie myofasziale Triggerpunkte und Faszienveränderungen mittels hands on- und hands off-Massnahmen zu behandeln.

**Ziele:**

- Optimieren des Clinical Reasoning bei Patienten mit Knieschmerzen
- Vertiefen der Kenntnisse der für Knieprobleme relevanten Muskeln
- Aufzeigen der Bedeutung mTrPs in ihrer Beziehung für Schmerz und Dysfunktion (Störung der Bewegungskontrolle und Faszienstörungen)
- Schärfung des Blicks für arthro-neuro-muskuläre Zusammenhänge
- Schulung der Palpationsfähigkeit
- Förderung der Qualität des manuellen Behandelns
- Konzeption des Selbstmanagements bei Knieproblemen
- Erfahrungsaustausch

**Inhalt:**

**Theorie**

- Knieschmerzen
- Topografische und funktionelle Anatomie der Kniegelenkregion
- Klinische Muster myofaszialer Triggerpunkte (Schmerz und Funktionsstörungen)
- Diagnostisches Vorgehen bei Knieschmerzen
- Therapeutische Strategien bei Knieschmerzen (hands on und hands off)
- Update „Dehnen“ - aus Sicht der myofaszialen Triggerpunkt-Therapie

Im Zentrum des Kurses steht die **Praxis:**

- Palpation und manuelle Therapie (Triggerpunkte und Faszien) der für Knieschmerzen relevanten Muskeln
- Dehnen und funktionelles Training der entsprechenden Muskulatur
- Befunderhebung/Clinical Reasoning bei Knieschmerzen

---

<b>Zielpublikum</b>	Physiotherapeuten, Ärzte - offen für alle Interessierten (keine triggerpunktspezifische Ausbildung notwendig)
<b>Datum</b>	Samstag, 20. April 2024 (9.00 - 17.15 Uhr) und Sonntag, 21. April 2024 (9.00 - 15.30 Uhr)
<b>Kursleitung</b>	Roland Gautschi, MA / PT / Senior-Instruktor Triggerpunkt-Therapie IMTT®
<b>Kursort</b>	Spiraldynamik Akademie Zürich, Südstrasse 113, 8008 Zürich
<b>Kurskosten</b>	Fr. 470.- (Mitglieder IMTT Fr. 440.-)
<b>zu beachten</b>	der Kurs kann mit 2 Workshop-Tagen der IMTT-Ausbildung angerechnet werden
<b>Skript</b>	Gautschi R.: Manuelle Triggerpunkt-Therapie. 4. Aufl.; Thieme 2023 (Das Buch kann im Kurs erworben werden)
<b>Anmeldung/ Auskunft</b>	Roland Gautschi Kehlstrasse 33, 5400 Baden Telefon 056 221 56 41 e-mail gautschi@imtt.ch

---