



Fotos: Roland Schmid - www.schmidfoto.de



LSVT**BIG**

Bewegungstherapie bei Parkinson

Das deutsche LSVT BIG-Trainerteam:

Kerstin Ziegler, Frauke Schroeteler (München Schwabing),

Dr. Grit Mallien (Berlin),

Olaf Kaufhold und Annette Sprock (Beelitz-Heilstätten).

Schön Klinik München Schwabing

Zentrum für Parkinson und Bewegungsstörungen

Parzivalplatz 4 • 80804 München

T +49 (0)89.360 87-0

Kliniken Beelitz GmbH

Neurologisches Fachkrankenhaus

für Bewegungsstörungen/Parkinson

Paracelsusring 6a • 14547 Beelitz-Heilstätten

T +49 (0)33204.227 81 • F +49 (0)33204.227 82

E-Mail: lsvtbig@parkinson-beelitz.de



LSVT BIG – EINE NEUE ERFOLGVERSPRECHENDE BEWEGUNGSTHERAPIE BEI MORBUS PARKINSON

DIE LSVT BIG-METHODE

Das Behandlungskonzept von LSVT BIG leitet sich vom weltweiten Goldstandard in der Sprechtherapie der Parkinson-Behandlung, dem Lee Silverman Voice Treatment (LSVT LOUD) ab. Schwerpunkt von LSVT BIG ist das gezielte Üben von Bewegungen mit großer Amplitude (Bewegungsausmaß) zur Verbesserung von Geschwindigkeit und Bewegungsausmaß bei Patienten mit parkinsontypischer Bewegungsstörung (»Bradykinese«). In einer großen Vergleichsstudie wurde unter Leitung von PD Dr. G. Ebersbach, Chefarzt der Parkinson Klinik in Beelitz-Heilstätten mit Unterstützung der dPV, die Wirksamkeit von LSVT BIG bei 60 Patienten mit Parkinson Erkrankung untersucht. Im Vergleich zu einem Hausübungsprogramm und Nordic Walking zeigte sich eine signifikant bessere Wirksamkeit der LSVT BIG Therapie (Ebersbach et al. 2010, Movement Disorders).

ÜBUNGSABLAUF VON LSVT BIG

Das Training beinhaltet schwerpunktmäßig das Einüben GROSSER Bewegungen. Maßstab für den Behandlungsablauf ist die standardisierte Wiederholung verschiedener GROSSER Ganzkörperbewegungen. Durch intensives Wiederholen der Übungen und kontinuierliches Feedback über die erzielten Ergebnisse wird das ungenutzte Potenzial des Übenden aktiviert und ausgebaut. Der Therapeut motiviert den Patienten, jede Bewegung mit möglichst großem Krafteinsatz (mindestens 80% der maximalen Energie) und spürbarer Anstrengung auszuführen. Durch ständige Rückmeldung des Therapeuten lernt der übende Patient, die Wahrnehmung seiner eigenen Bewegungen neu zu »kalibrieren«. Die bei der Parkinsonerkrankung häufig vorkommende Störung der sensorischen Verarbeitung der eigenen Bewegungsrückmeldung kann so wieder annähernd normalisiert werden.

Das LSVT BIG-Training ist ein besonders intensives Training, das vier einstündige Trainingseinheiten in Einzeltherapie pro Woche über einen Zeitraum von vier Wochen beinhaltet.

FÜR WEN IST LSVT BIG GEEIGNET?

Nach bisherigen Erkenntnissen ist LSVT BIG besonders für Parkinsonbetroffene in frühen Krankheitsstadien geeignet. Bei schweren Gleichgewichtsstörungen, Blockaden oder Stürzen sind andere Übungsverfahren empfehlenswert. LSVT BIG ist ein neuer Therapieansatz bei idiopathischem Parkinson, der sich erst langsam in Deutschland durchsetzt. Eine eigene Abrechnungsposition für diese intensive Therapie fehlt derzeit noch. Sie können aber bei Ihrer Krankenkasse erfragen, inwieweit eine individuelle Kostenübernahme erfolgen kann, wenn ein Kostenvoranschlag Ihres Therapeuten mit einer speziellen Begründung Ihres Arztes vorliegt.

WER BIETET DIE LSVT BIG-THERAPIE AN?

Die LSVT BIG-Therapie darf ausschließlich von zertifizierten Ergo- oder Physiotherapeuten durchgeführt werden! Einen Therapeuten finden Sie unter www.lsvtglobal.com (bislang leider nur auf Englisch). Falls Sie hier keinen Erfolg haben, wenden Sie sich bitte per Mail an lsvtbig@parkinson-beelitz.de.

ÜBUNGSZIELE DER LSVT BIG-METHODE

- Der Fokus liegt einzig und allein auf der Verbesserung der Amplitude (AMPLITUDE FIRST – BE BIG!)
- Die Art und Weise der Therapie basiert auf Intensität (HIGH INTENSITY) und enormer Kraftanstrengung (HIGH EFFORT)
- Die Übertragung des neuen GROSSEN Bewegungsausmaßes in den Alltag (CALIBRATION) durch spezielle Trainingselemente

WAS MUSS ICH ALS PATIENT WISSEN?

Die Behandlung findet im Rahmen einer Einzeltherapie statt:

- an 4 aufeinanderfolgenden Tagen pro Woche
- 4 Wochen lang
- an 16 Behandlungseinheiten im Monat
- in 50 – 60 minütigen Behandlungseinheiten
- mit täglichen Übertragungsaufgaben (während der Behandlung)
- und täglichen Hausaufgaben (während der Behandlung)

Nur, wenn dieses Protokoll eingehalten wird, handelt es sich um die LSVT BIG-Therapie.