

Skanlab 25 Bodywave® steigert die Zirkulation, lindert den Schmerz und verbessert die Beweglichkeit

## Der schnelle Weg zurück zur Leistungsfähigkeit

**Behandlung eines Hämatoms im M Rectus femoris mit Skanlab 25 Bodywave®**



### Einführung

Eine häufige Verletzung bei Fußballspielern ist eine Blutung im M Rectus femoris, die durch einen stumpfen Schlag gegen den Muskel verursacht wird. Dadurch kann eine Blutung und manchmal ein teilweiser Riß im Muskel entstehen. In meiner Praxis werde ich regelmäßig mit diesem Trauma konfrontiert. Das PRICE-Prinzip (Prevention, Rest [Ruhe], Ice [Eis], Compression und Elevation) ist sehr hilfreich;

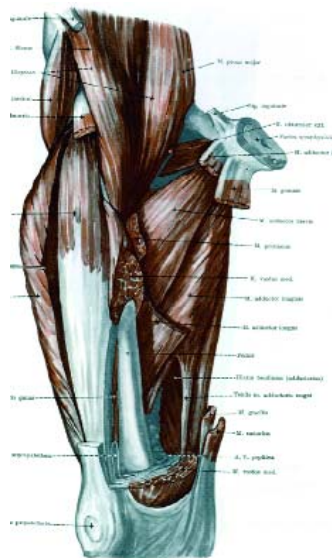
- Die Blutung verstärkt sich und im schlimmsten Fall zerstören der Druck und das Blut Zellen in dem betroffenen Bereich und verzögern die Rehabilitation.
- In der Entzündungsphase (während der ersten 6 Tage) ist es sehr wichtig, den Muskel nicht mit Aktivitäten zu belasten, die Schmerz verursachen.
- In der Proliferationsphase (5.–21. Tag) ist der Muskel

sehr empfindlich für zu hohe Belastungen. Wenn der Patient zu hart trainiert, kann sich die Rehabilitation verzögern. Es können sogar Zellen zerstört werden, die gerade begonnen haben Querverbindungen zwischen den Myofibrillen zu bilden. In der Literatur wird immer noch empfohlen, in dieser Phase ab dem 14. oder 15. Tag ein Training mit geringem Widerstand durchzuführen.

- In der Wiedereinstiegsphase (ab dem 20. Tag) ist eine leichte Steigerung im Trainingsprogramm angebracht.

### Herr Andersen – eine Fallstudie

Herr Andersen ist ein 24 Jahre alter Fußballspieler, der nach einer Verletzung



in meine Praxis kam. Während des Trainings auf dem Spielfeld wurde er von einem anderen Spieler mit dem Knie in den Oberschenkel 20 cm oberhalb des Knies getroffen. Ich war nicht dabei als es passierte und sah den Spieler erst am nächsten Tag. Leider hat er nach der Verletzung nur für 15 Minuten Eis aufgelegt und keine Komresse angelegt.

Als er zu mir kam, konnte er den Quadrizeps nicht ohne Schmerzen kontrahieren.

**1. Tag:** Kompression und Übergabe von 2 Krücken



**2. Tag:** 12 Minuten Behandlung mit Skanlab 25 Bodywave®, Start mit Energielevel 9 und verringern, wenn es für den Patienten zu warm wird. Die behandelte Fläche beträgt 6 x 6 cm<sup>2</sup>. Nach der Behandlung ist der Patient imstande, einige sehr einfache Aktivitäten durchzuführen: Leichtes Aktivieren des Quadrizeps auf der Liege sitzend

mit gestrecktem Knie ohne jeglichen Schmerz (wichtig).

**3. Tag:** Der Muskel ist weniger verspannt und der Patient empfindet weniger Schmerz. Start der Skanlab-Behandlung, 12 Minuten. Nach der Behandlung ist der Patient in der Lage, für 15 Minuten bei geringem Widerstand Rad zu fahren.

**4. Tag:** Start der Skanlab-Behandlung, 12 Minuten. Der Patient verspürt keinen Schmerz bei Kontraktion des Quadrizeps auf der Liege und fährt 15 Minuten Rad. Nach dem Radfahren dehne ich den Muskel sehr vorsichtig für 4–5 Minuten, ohne ihn in die ganze Länge zu bringen.

**5. und 6. Tag:** Gleiche Vorgehensweise wie am 4. Tag. Am 6. Tag der Behandlung beendete ich die Skanlab-

Behandlung und erhöhe den Widerstand am Rad leicht.

**Ab dem 7. Tag:** Der Patient startet mit verschiedenen Trainingsformen, wie leichtes Jogging auf dem Laufband und Stimulation der neuromuskulären Kontrolle.

**Am 12. Tag** zurück auf dem Spielfeld kann er in vollem

Umfang wieder Fußball spielen.

### Warum Behandlung mit HF Diathermy – Skanlab 25 Bodywave® ?

Skanlab 25 Bodywave® basiert auf der HF Kondensatorfeld Methode. Das Gerät erzeugt ein hochfrequentes Wechselstromfeld von 1,0 MHz, wobei der Patient ein Teil des Kondensatorfeldes ist. Dadurch wird eine optimale, lokale Tiefenwärme produziert, die die Temperatur signifikant erhöht und die im Gewebe länger als 45 Minuten nach der Behandlung anhält (Prof. Dr. med. Kare Rodahl 96–97).

Die Behandlung mit Skanlab 25 Bodywave® ist für diese Art von Sportverletzungen eine sehr wertvolle Methode. Durch die Temperaturerhöhung erreicht man:

- Eine Erhöhung der Zellaktivität.
- Eine Erhöhung der Blutzufuhr und der Zirkulation in dem behandelten Bereich.
- Durch die Erhöhung der Blutzufuhr in diesem Bereich wird mehr Sauerstoff in die Zellen transportiert und dadurch der Prozess der Regeneration stimuliert.
- Die erhöhte Blutzufuhr unterstützt den Körper, Ödeme (Blutungen) zu absorbieren.
- Außerdem wird die Elastizität des Muskels erhöht.

### Zusammenfassung

Die aufgezeigten Wirkungen der Behandlung mit Skanlab 25 Bodywave® helfen mir in meiner täglichen Arbeit mit den Patienten, die Rehabilitationszeit zu verringern. Diese Behand-

lung ist meiner Ansicht nach eine sehr gute und erfolgreiche Methode Hämatome im Muskel zu behandeln. Es scheint, dass durch einen frühzeitigen Beginn der Skanlab-Behandlung in der Rehabilitation die Zeit bis zur Gesundung verkürzt wird. Meiner Meinung nach nimmt die Behandlung mit Skanlab 25 Bodywave® einen wesentlichen Platz in der Rehabilitation von Sportverletzungen ein und ist eine wirksame Vorbehandlung, bevor irgendeine Aktivität verordnet wird.

### Verfasser: MNFF. Roland Svensson

Roland Svensson ist Physiotherapeut und absolvierte seine Ausbildung in den Niederlanden. Seit 1990 ist er Inhaber einer eigenen Praxis in Hamar/Norwegen.

Er unterrichtet Elektrotherapie an der Universität Oslo im Fachbereich Physiotherapie (Mensendieck) und an der Universität in Trondheim/Norwegen. Seit 2001 ist er Lehrer der Hip-orthotherapie in Stockholm/Schweden. Er hielt Vorträge über Elektrotherapie in Europa, Indien und Japan. Seit 15 Jahren ist er medizinischer Berater der norwegischen Fußballmannschaften.

### Weitere Informationen:

SKANLAB AS

Postboks 166

1650 Sellebakk

Norwegen

Tel.: +47 69/35 20 80

Fax: +47 69/35 20 81

info@skanlab.no

Deutsche Händler siehe

unter [www.skanlab.no](http://www.skanlab.no)