Praxisbeispiel von Unruh Physiotherapie

In seiner Physiotherapiepraxis in Stuttgart setzt Bodo von Unruh vor allem auf funktionelle Übungen. Ein wichtiger Bestandteil seiner Einrichtung ist seit 2019 eine Wonderwall. Wir sprachen mit ihm über die Möglichkeiten einer platzsparenden Trainingswand in der Physiotherapie.

Eine Wand für zahlreiche Übungen in der Trainingstherapie

TT-DIGI: Lieber Bodo, wie würdest du deinen Therapieansatz beschreiben?
Bodo: *Unser Ziel ist es, die Patienten möglichst schnell in den Trainingsbereich zu überführen. Wir setzen dabei vor allem auf funktionale Übungen, die einen direkten Nutzen für den Alltag bringen. Bei den Übungen ist für mich die Qualität der Ausführung wichtiger als die Quantität und die Intensität. Wichtig ist, dass die Patienten aktiv mitwirken, um möglichst keine Dauerpatienten zu werden.*

Habt ihr feste Abläufe bei Neupatienten?
Beim ersten Termin erfassen wir die Beschwerden und verschaffen uns einen ersten Eindruck über die Schmerzen und Einschränkungen bei Alltagsbewegungen.
Durch Retests erfassen wir die Fortschritte und passen den Trainingsplan ggfs. an.

Wie positioniert ihr euch?
Wir möchten lieber als Studio denn als Praxis wahrgenommen werden. Das sorgt zusammen mit den positiven Effekten der Trainingstherapie bei den Patienten auch für eine andere Wahrnehmung und das Krankheitsgefühl steht nicht so sehr im Mittelpunkt. Da in den meisten Fällen sechs Termine nicht ausreichen bzw. für manche Trainierende der Betreuungsaspekt wichtig ist, bieten wir den Patienten auch weitere Leistungen als Selbstzahler an. Das ist quasi wie ein Personal Training, wir betreuen maximal zwei Trainierende durch einen Therapeuten.

Wie ist eure Praxis ausgestattet?
Wir verfügen über vier Behandlungsräume und einen Trainingsbereich. Neben der Wonderwall finden sich dort weitere Elemente wie etwa eine Slackline oder eine Kletterwand.

Wie wird die Wonderwall im Trainingsalltag eingebunden?
Wir haben uns aufgrund der Platzverhältnisse für das 60er-Modul entschieden. Die Wonderwall bietet auf kleiner Fläche zahlreiche Trainingsoptionen für Kraft und Mobilisierung und durch die Flexibilität kann ich schnell zwischen verschiedenen Übungen wechseln und bin während einer Einheit nicht auf eine Übung festgelegt.

Wie fällt euer bisheriges Zwischenfazit zur Trainingswand aus?
Als ich die Wonderwall 2019 gesehen habe, war ich direkt begeistert. Die Wand ist bei uns ein sehr vielseitiger Baustein auf der Trainingsfläche. Inzwischen haben wir sechs Tools, zwischen denen wir wechseln können. Am beliebtesten ist der Kabelzug. Bei Geräten ist mir neben der Qualität auch wichtig, möglichst auf elektronische Elemente verzichten zu können. Die Wonderwall hat sich bei uns im Trainingsalltag bisher bestens bewährt.

Wie ist das Feedback der Therapeuten und Patienten?
Bei den Therapeuten kommt die flexible Trainingswand mit ihren schnellen Wechselmöglichkeiten gut an und erhöht auch die Attraktivität des Arbeitsplatzes. Die Patienten finden die Übungsvielfalt durch den schnellen und einfachen Umbau praktisch. Die Wonderwall fällt durch ihre Schlichtheit kaum auf, aber im positiven Sinne.

Gibst du deinen Patienten Hausaufgaben an die Hand?
Für diesen Bereich hatten wir mal eine eigene Software-Lösung geplant, aber aus finanziellen Gründen nicht umgesetzt. Wir erklären die Übungen so gut, dass sie möglichst täglich auch zuhause wiederholt werden können. In einigen Fällen nehmen wir die Übungen auch als Video auf dem Smartphone der Patienten auf.

Warum passt die Wonderwall gut in eine Physiotherapiepraxis?
Die Trainingswand ist zum einen platzsparend und daher auch für kleinere Räumlichkeiten gut geeignet. Wer wie wir stark auf aktive Trainingstherapie setzt, erhält mit der Wonderwall ein sehr flexibles Tool, das mehrere Kraft- oder Mobilisierungsübungen während einer Einheit ermöglicht.

Vielen Dank für das Interview.

Das Interview führte
Philipp Hambloch

Die Praxis
Inhaber: Bodo von Unruh
Physiotherapie Physical Fitness
Hauptstraße 80A, 70563 Stuttgart

Fläche: 360 qm
Mitarbeiter: 7
www.vonunruh-physio.de

DRAX auf der FIBO 2024 erleben – Wir laden Sie ein!

Halle 6
Stand C67

DRAX Germany GmbH
Lindenstraße 44
D-35606 Solms
E-Mail: info@draxfit.de
www.draxfit.de

DRAX
Designed by Science