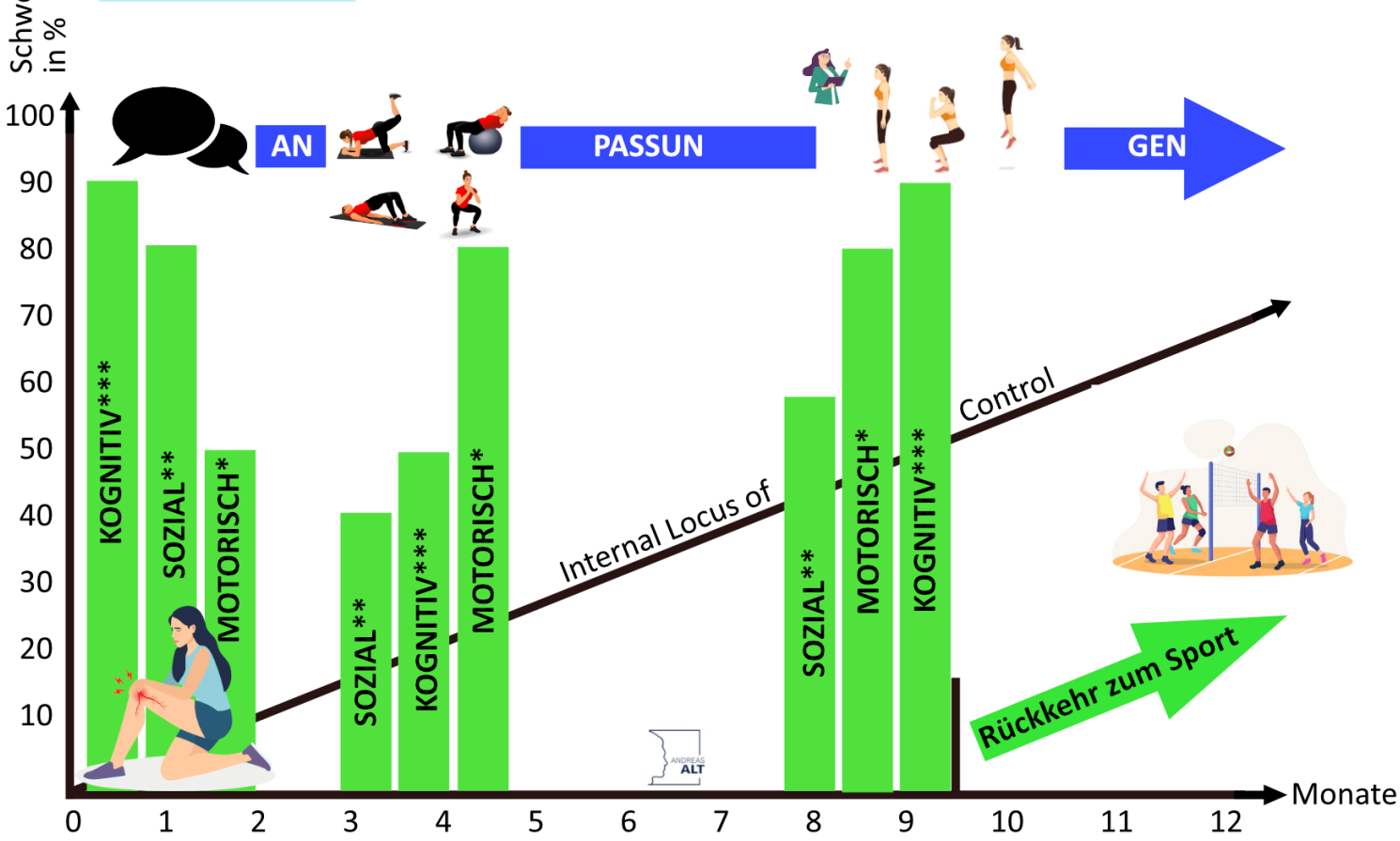
Therapieverlauf nach Ruptur des vorderen Kreuzbandes - ein Überblick

Tests (Beginn)
Fragebogen:
Lysholm / ACL RSI****
Motorik:
Teilbelastung (kg)
ROM (Grad)

Tests (Verlauf)
Fragebogen:
SIRAS, Lysholm / ACL-RSI
Motorik:
Kraft (10 RM)
ROM (Grad)

Tests (Ende)
Fragebogen: SIRAS, Lysholm / ACL-RSI
Motorik:
Kraft (5 – 1 RM)
Koordination, z.B. Manöver-Tests*****
Balance etc.

Learn more



***** Manöver-Tests ➡ Motorik in komplexen Bewegungskombinationen, z.B. 3-Cone Drill etc.

**** RSI = Anterior Cruciate Ligament Return to Sport after Injury Scale ➡ psychologische Bereitschaft nach Knieverletzungen (z.B. Kreuzbänder) (Sell et al., 2024); Lysholm Score ➡ Kniefunktion (z.B. Stabilität) (Briggs et al., 2009); auch interessant: Fragebögen bezüglich Adhärenz, z.B. SIRAS (Clark et al., 2018), Coping oder Knee Self-Efficacy Scale (Bullock et al., 2022)

*** Kognitiv = Aufklärung, Vertrauensentwicklung, Identifikation von Barrieren etc.
** Sozial = Unterstützung (Angehörige), Förderung Partizipation und Rückkehr zum Sport, Job etc.
* Motorisch = Förderung Kraft, Koordination, Bewegungskontrolle etc.

Die zeitliche Strukturierung kann von den angegebenen Zeiten **abweichen**, da die **individuellen Zustände** zu beachten sind (vergl. Jenkins et al., 2022).

Vor und nach der letzten Phase der Rehabilitation werden **komplexe Funtkionstests** empfohlen, wofür es aber keine konkreten Empfehlungen gibt, z.B. Hopping-Tests (van Melick et al., 2016)