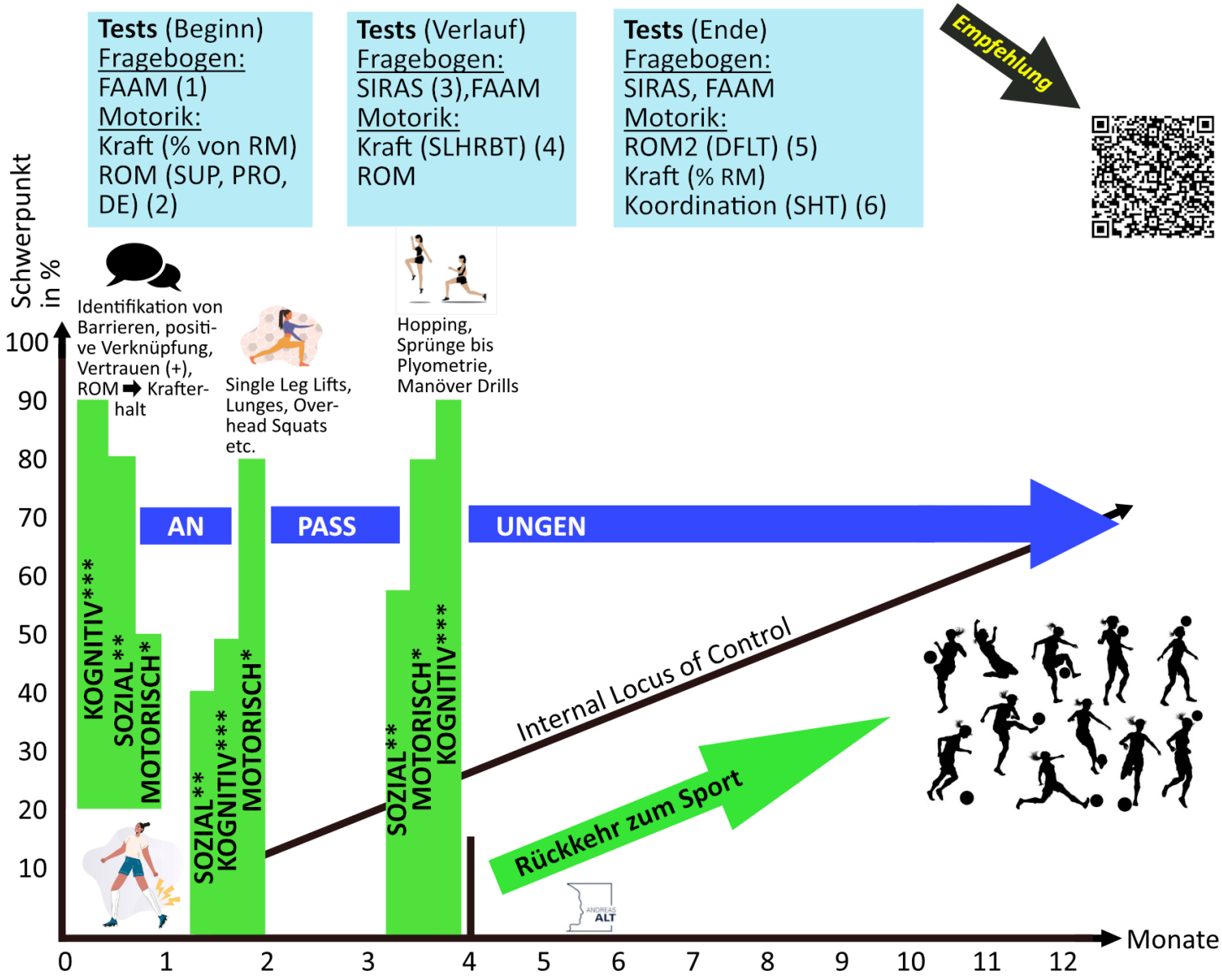
Therapieverlauf nach Supinationstrauma - ein Überblick



1) FAAM = Foot and Ankle Ability Measure ➡ Behinderung (Picot et al., 2022)

2) ROM = Range of Motion bei SUP (Supination), PRO (Pronation) und DE (Dorsal Extension des Sprunggelenks im Seitenvergleich (Larkins et al., 2022)

3) SIRAS = Sport Injury Rehabilitation Adherence Scale ➡ Adhärenz (Furlong und Hall, 2024)

4) SLHRBT = Single Leg Heel Raise Balance Test ➡ Kraft (Lee et al., 2021)

5) ROM2 = Dorsal Flexion Lunge Tests (DFLT) (Claton et al., 2012)

6) SHT = Square Hop Test bis hin zu Manöver Tests, z.B. Y-run ➡ Koordination/Kraft (Sharma et al., 2011)

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

Die zeitliche Strukturierung kann von den angegebenen Zeiten **abweichen**, da die **individuellen Zustände** zu beachten sind. Die **nicht-betoffene** Seite sollte von Anfang an im Rahmen des **funktionellen Kraft**- und **Koordinationserhalts** "voll" trainiert werden (allgemeine Risken, wie z.B. Stürze, ausschließen) (Doherty et al., 2017; Petersen et al., 2013).