



ZEITSCHRIFT
FÜR **PHYSIO**
THERAPEUTEN

73. Jahrgang
September 2021



LEBENS
SPUREN
SPÜREN

AUTORENABDRUCK

physiotherapeuten.de

Was kann die Physiotherapie zum Umweltschutz beitragen?

..... Ein Kommentar von Andreas Alt

Der Klimawandel wird zunehmend spürbar – auf vielen Ebenen und nicht nur in weit entfernten Ländern. Die moderne, evidenzbasierte Physiotherapie hat eine größere Bedeutung für Nachhaltigkeit und Umweltschutz, als viele auf den ersten Blick vermuten. Mittlerweile sorgen internationale und nationale Organisationen dafür, dass das Bewusstsein für dieses Thema auch in unserer Berufsgruppe steigt.



Foto: leolintang / shutterstock.com

Die Bewegung Fridays for Future sendet wegweisende Signale zu den Folgen des menschengemachten Klimawandels (1). Handlungsaufforderungen richten sich vor allem an die stetig ressourcenfordernde Industrie (1). Der Gesundheitssektor ist aber stärker vom Klimawandel betroffen als es den

Anschein macht – und das betrifft auch die

Physiotherapie. Die wissenschaftlichen

Abteilungen unterschiedlicher

medizinischer Disziplinen – ärztliche

Medizin, Pharmazie, Psychologie,

Pflegebereich und Gesundheitswissenschaften –

befassen sich schon seit vielen

Jahren mit dem Einfluss von

Klima und Umwelt auf die

menschliche Gesundheit (2). Die

Physiotherapie beschäftigt sich

erst vergleichsweise kurz mit diesem

Thema. Es gibt internationale

Akteure, dazu gehören die Organisationen

Environmental Physiotherapy Association (EPA)

und Health for Future – Physiotherapy (H4FP)

mit daran angeschlossenen Untergruppen, aber auch

eine deutschsprachige Organisation mit den Namen

Physios für planetare Gesundheit (PPG) (3).

Der Mensch beeinflusst Natur und Umwelt

(Anthropozän), aber auch die Umwelt hat Auswirkungen

auf den Menschen. Die Bedeutung dieser

Erkenntnisse wird untermauert durch die 2001 von

der World Health Organisation entwickelte International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) (4). Dabei zu bedenken ist die Vielschichtigkeit der Umwelt: Aus aktuellen Untersuchungen wissen wir beispielsweise, dass durch die steigenden Temperaturen die Inzidenzen von Krankheiten dort ansteigen, wo sie andernfalls nicht zu erwarten wären (5). Dazu zählen zum Beispiel kardiovaskuläre Erkrankungen aufgrund von extremen Temperaturunterschieden, wie Hitzewellen, die den menschlichen Organismus destabilisieren. Hinzu kommen an vielen Orten auch eine mangelhafte Versorgung mit lebensnotwendigen Nährstoffen und Flüssigkeit (5).

Auch Pandemien nehmen durch Umweltveränderungen zu, biologische Virusüberträger werden mehr. Dafür sind verschiedene Tiere und Insekten aber auch die veränderte Verteilung von Menschenansammlungen verantwortlich (5, 6). Neben den direkten Umweltfaktoren, wie beispielsweise Temperaturveränderungen, der Anstieg des Meeresspiegels, die Intensivierung von Dürren oder Unwetterereignissen spielen aus epidemiologischer Sicht auch die indirekten Umweltfaktoren eine Rolle für die Gesundheit der Bevölkerung.

Die Versorgung von Betroffenen, die an unterschiedlichen Beschwerden leiden, wird schwerer. Das Aufbewahren von Medikamenten bei hohen Temperaturen und instabilen Wetterlagen sowie die

Für Eilige

Die Organisationen

Environmental Physiotherapy

Association (EPA) und Health for

Future – Physiotherapy (H4FP)

agieren international. Die Vereinigung

Physios für planetare Gesundheit

(PPG) ist in Deutschland aktiv.

Physiotherapie kann auf primärer

und sekundärer Ebene Einfluss

nehmen. Das Thema ist

wichtig! Jetzt!

Zugänglichkeit von Krisengebieten sind aktuelle Herausforderungen, die die Stabilisierung komplexer Versorgungssysteme gefährden (7, 8). Der Aufwand zur Kontrolle dieser lebensnotwendigen Maßnahmen steigt und dies geht wiederum mit einem Verbrauch von Ressourcen wie fossilen Brennstoffen einher – auf Kosten der sowieso schon stark angeschlagenen Biosphäre (9). Die Situation ist vergleichbar mit dem sogenannten Gefangenendilemma, welches der Mathematiker John von Neumann im Zusammenhang mit der Spieltheorie von 1928 erkannte (10). Stark vereinfacht ausgedrückt bedeutet das: „Ein kollektiver Schaden entsteht, indem jeder für sich selbst das Beste versucht!“

Nicht die Übernutzung durch medizinischen Konsum, sondern die Vermeidung von medizinischen Maßnahmen durch Vorsorge und Nachhaltigkeit erweist sich als Schlüssel zum Wert der Physiotherapie in der Klimakrise (11).

Potenziale

Unter Berücksichtigung der epidemiologischen Erkenntnisse in Bezug auf die Entstehung von gesundheitlichen Missständen durch den Klimawandel, ist zwischen primären und sekundären Einflüssen der Physiotherapie zu unterscheiden.

Primäre Einflüsse

Zu den primären Einflüssen gehören die Vergrößerung und Verbesserung der medizinischen Versorgung, die dort an Relevanz gewinnt, wo die Folgen des Klimawandels direkt spürbar sind. Dabei handelt es sich zum Beispiel um Infektionskrankheiten durch verschmutztes Wasser, kardiovaskuläre Krankheiten durch hohe Umgebungstemperaturen, Erkrankungen der Atemwege durch Abgasbelastungen et cetera (12). Zur primären Bekämpfung dieser gesundheitlichen Konsequenzen sind natürlich Medikamente, Operationen und andere ärztliche Maßnahmen nötig.



Surftipps

Environmental Physiotherapy Association: pt.rpv.media/3g6

Health for Future: pt.rpv.media/3g7

Die Entwicklungen haben aber auch eine psychosoziale Perspektive. Die Folgen durch Umweltkatastrophen und dergleichen verursachen bei Betroffenen unter Umständen verheerende Schicksalsschläge, psychische Krankheitsbilder können die Folge sein (13). In diesen Fällen gehört die Psychotherapie zu den primär wichtigen Maßnahmen, physiotherapeutische Interventionen sind dann eher zweitrangig. Zur Nachbehandlung solcher Krankheiten wäre die Physiotherapie jedoch sehr hilfreich (14). Nicht zu vergessen ist dabei die Bedeutung der Vorsorge, also die Vermeidung der erwähnten gesundheitlichen Probleme – dies ist eine Domäne der modernen Physiotherapie, die heutzutage jeder Kliniker beachten sollte (15).

Sekundäre Einflüsse

Hinzu kommen sekundäre Einflüsse. Wir kennen die enormen Energieaufwände in medizinischen Einrichtungen und im Zusammenhang mit Krankenhausprozessen, zum Beispiel durch diagnostische und therapeutische Maßnahmen, aber auch durch die stationäre Versorgung von Betroffenen. Der genaue Energieaufwand ist unterschiedlich und hängt von der Größe sowie der medizinischen Ausrichtung der jeweiligen Einrichtungen ab (7, 8). Die stationäre Versorgung eines Menschen im Krankenhaus ist ähnlich dem täglichen Energiebedarf einer Kleinstadt – Faktoren wie Dauerbeleuchtung, engmaschige Temperaturregulation, hoher Stromverbrauch durch medizinische Geräte et cetera spielen dabei eine Rolle (7, 8). In Pandemiezeiten steigt aufgrund der steigenden Patientenzahlen auch der Energieverbrauch weiter (8).

Der Appell richtet sich an alle Kliniker, Dozententeams und berufspolitische Akteure: Wir müssen uns die Verantwortung, aber auch die schon heute umsetzbaren Möglichkeiten für eine effiziente, nachhaltige Physiotherapie bewusst machen – jeden Tag. Neben der Sensibilisierung zur Übernahme von Verantwortung, gewinnt das Thema Nachhaltigkeit an Relevanz (16). H4F verknüpft die Bedeutung der Physiotherapie eng mit den systematischen Anwendungen von körperlicher Bewegung und der daraus resultierenden Verbesserung der Belastbarkeit (11). Dies ist ein weiterer Vorteil einer langfristig geplanten und effektiven Physiotherapie (16). >>

gymna[®]

NEU
gymna.GO



Basically perfect

Die wichtigsten Funktionen:

- Bedienung mit i-Control
- Sicherheitsschalter
- Verstellbares Rückenteil



* Gymna.GO D2

Entdecken Sie die **gymna.GO** auf www.gymna.de

☎ 0180 22 52 345
✉ info@gymna.de
🌐 www.gymna.de

Jeder Mensch, der durch den Einsatz von Physiotherapie nicht oder so wenig wie möglich im Krankenhaus landet, selten bis niemals unnötige Diagnoseverfahren benötigt oder mit Hilfe eines effektiven Selbstmanagementprogramms seltener krank wird und damit auch härteren Bedingungen standhält, hilft bei der Verbesserung der Klimaeffizienz in der Medizin (16). Auch aus Umweltsicht ist also die interprofessionelle Zusammenarbeit zwischen unterschiedlichen Disziplinen im Gesundheitswesen wichtig. Das Wissen um die Zusammenhänge zwischen krankheits- und beschwerdefördernden Einflussfaktoren, zum Beispiel zur Vermeidung von Chronifizierung oder in Bezug auf Angst-Vermeidungsverhalten sind physiotherapeutische Kernkompetenzen. Somit wäre auch eine beratende Unterstützung durch unsere Berufsgruppe denkbar.

Der letzte und langfristig betrachtet vielleicht wichtigste Teil der sekundären Einflüsse einer nachhaltigen und umweltbezogenen Physiotherapie zielt auf unser fachliches Potenzial ab. Wir müssen uns als Berufsgruppe die Verantwortung bewusst machen. Dabei ist es egal, ob man im klinischen oder akademischen Kontext tätig ist. Kliniker sollten mit den Betroffenen den nachhaltigen Weg einschlagen und die Steigerung von Belastbarkeit und Förderung von Selbstmanagementfähigkeiten in den Fokus stellen. Ausschließlich symptomatische Behandlungen mit kurzfristiger Perspektive müssen von modernen und langfristig gedachten Strategien abgelöst werden und dazu gehören motivierende Aufklärung, systematisch durchgeführte Bewegungsprogramme und Tipps zum Selbstmanagement (16, 17).

Hindernisse

Verschiedene Faktoren verhindern allerdings eine uneingeschränkte Umsetzung und Ausschöpfung der physiotherapeutischen Potenziale. Gerade im deutschsprachigen Raum erleben wir gerade wieder die mühevollen, berufspolitischen Verhandlungen und langsamen Entwicklungsschritte. Die Verlängerung der Modellklausel und die nur schleppend voranschreitenden Maßnahmen für eine nachhaltig gestaltbare Berufsentwicklung sind Beispiele dafür (18, 19). Beide Ansätze wären aber zur Etablierung einer akademischen Grundlage sehr wichtig (18, 19). Ohne standardisierte, wissenschaftliche Ausbildungsgrundlagen wird es schwer, andere Disziplinen von der Bedeutung der umweltbezogenen Projekte zu überzeugen.

Weiterhin ist ein flächendeckendes Verantwortungsbewusstsein aller in der Physiotherapie tätigen Akteure nötig. Kliniker mit einer hohen Sensibilität für die Relevanz einer nachhaltigen Herangehensweise sind verantwortungsbewusst, professionell und kennen den Wert von Physiotherapie im Zusammenhang mit Umwelt- und Klimaschutz.

Wissenschaftliche Methoden müssen sich weiter etablieren – sowohl in der Praxis, als auch im Rahmen von Ausbildung und Studium. Damit einher geht die Umsetzung von langfristig wirksamen Maßnahmen, wie der zielgerichtete Aufbau von Selbstmanagementfähigkeiten, sowie die systematische Vermeidung von Chronifizierung (17, 20).

Konzentration auf das Nötige

„Wer langfristig existieren will, muss Klimaaktivist werden!“ Diese Aussage des bekannten Klimaforschers Prof. Dr. Hans Joachim Schellnhuber hat auch eine Bedeutung für unsere Berufsgruppe. Die Physiotherapie braucht nicht nur schnellstmöglich eine gravierende Änderung grundlegender Bedingungen, sondern auch konkrete Utopien.

Besonders bemerkenswert sind die Aktivitäten der jungen PPG-Akteure, welche nun neben den schon etwas länger aktiven Organisationen H4F und EPA auch für die Entwicklung und Umsetzung relevanter Projekte sorgen (3). Dazu gehören zum Beispiel Vortragsveranstaltungen auf Kongressen und Symposien. Die Unterstützung solcher systematisch geplanten Maßnahmen wird mittlerweile auch von Bildungseinrichtungen unterstützt. Trotzdem ist der Weg noch weit. Es lohnt sich aber, neue Pfade zu suchen, um die Physiotherapie weltweit, aber insbesondere auch im deutschsprachigen Raum so zu verändern, dass der Begriff Nachhaltigkeit keine leere Worthülse bleibt, sondern wirklich verstanden und gelebt wird.

Vergessen wir doch zumindest in der Medizin, als Vorbild für andere, die egoistische Selbstoptimierung, die wahrscheinlich einer der ausschlaggebendsten Faktoren für die Klimakrise darstellt und konzentrieren uns auf das, was wirklich nötig ist. ●



Literatur

1. IPCC. 2021. [pt.rpv.media/3g8](https://www.ipcc.ch/); Zugriff am 04.06.2021
2. Kotcher J, et al. 2021. Views of health professionals on climate change and health: a multinational survey study. *Lancet Planet Health* 5, 5: e316-e323
3. Czernik C. 2021. Wir können uns nicht um Gesundheit kümmern und gleichzeitig ihre Grundlage zerstören – Physiotherapeut/innen für planetare Gesundheit im Gespräch. *physiopraxis* 19, 05: 12-14
4. WHO. 2001. International classification of functioning, disability and health. [pt.rpv.media/3g9](https://www.who.int/classifications/icf/); Zugriff am 04.06.2021
5. Kurane I. 2010. The effect of global warming on infectious diseases. *Osong Public Health Res Perspect.* 1, 1: 4-9
6. Wu X, et al. 2016. Impact of climate change on human infectious diseases: Empirical evidence and human adaptation. *Environ. Int.* 86:14-23
7. Brown LH, et al. 2012. The energy burden and environmental impact of health services. *Am. J Public Health* 102, 12: e76-e82
8. Ravindra K, et al. 2021. Impact of the COVID-19 pandemic on clean fuel programmes in India and ensuring sustainability for household energy needs. *Environ. Int.* 147: 106335

Die interprofessionelle Zusammenarbeit ist auch aus Umweltsicht wichtig.

Wichtig wären standardisierte, wissenschaftliche Ausbildungsgrundlagen.

9. Cronin J, et al. 2018. Climate change impacts on the energy system: a review of trends and gaps. *Climatic Change* 151:79-93
10. Täuber J. 2019. Das Gefangenendilemma. John von Neumann's Einflüsse, die "Spieltheorie" und der sozialwissenschaftliche Anwendungsbereich. München: GRIN Verlag
11. Foo R. 2016. The role of physiotherapy in climate change mitigation. *Physiotherapy* 102, 3: e5
12. Kinney PL. 2018. Interactions of climate change, air pollution, and human health. *Curr. Environ. Health Rep.* 5, 1: 179-186
13. Palinkas LA, et al. 2020. Global climate change and mental health. *Curr. Opin. Psychol.* 32: 12-16
14. Michelsen HÖ, et al. 2020. Cardiac rehabilitation after acute myocardial infarction in Sweden - evaluation of programme characteristics and adherence to European guidelines: The Perfect Cardiac Rehabilitation (Perfect-CR) study. *Eur. J. Prev. Cardiol.* 27, 1: 18-27
15. Tian D, et al. 2019. Exercise for prevention and relief of cardiovascular disease: prognoses, mechanisms, and approaches. *Oxid. Med. Cell. Longev.* 3756750
16. Thompson T, et al. 2011. Sustainable medicine: good for the environment, good for people. *Br. J. Gen. Pract.* 61, 582: 3-4
17. Alt A, et al. 2020. The sustainable effectiveness to avoid chronification in non-specific, non-chronic back pain. *Dtsch. Z Sportmed.* 71: 97-103
18. Konrad R, et al. 2017. Physiotherapy Education in Germany: ready for direct access? *Gesundheitswesen* 79, 7: e48-e55
19. Borgetto B. 2020. Reform der Berufsgesetze für die Physiotherapie auf der langen Bank? pt.rpv.media/260; Zugriff am 20.11.2020
20. Spiby J, et al. 2008. Ten practical actions for doctors to combat climate change. *BMJ.* 336, 7659: 1507

Andreas Alt

Er ist Physiotherapeut (Berufsfachschule Nürnberg) und studierte an der Hoogeschool Thim van der Laan, Nieuwegein, NL (2012 B. A. Phys.) sowie der Deutschen Sporthochschule Köln (2015 M. Sc. Sportphysiotherapie). Seit 2015 war er an verschiedenen Projekten zur Wissenschaft im therapeutischen Gesundheitswesen beteiligt. Seine Schwerpunkte umfassen Kraft und Konditionierung sowie biopsychosoziale Therapieansätze. Als Fachperson für therapeutische Qualität in der Abt. Physiotherapie ist er bei der SportClinic Sihlcity sowie als Fachautor tätig. Kontakt: andreas.alt@fit4life.ch



Optica

Ihre Hände können Wunder vollbringen. Aber nicht bei der Abrechnung.

Machen Sie, was Sie am besten können.

Sie wollen für Ihre Patienten nur das Beste? Dann überlassen Sie die Abrechnung Ihrem persönlichen Ansprechpartner bei uns. So haben Sie den Kopf frei. Und die Hände. **Denn das Beste für Ihre Patienten sind Sie.**