

# 3-D-SENSOR-TECHNOLOGIE AUF DEM VORMARSCH



CHRISTIAN HEEL IST LEITER DER SPIRALDYNAMIK®-AKADEMIE, DOZENT UND BUCHAUTOR UND TRAINIERT UND ARBEITET SEIT KURZEM MIT DEM VALEDO®MOTION. WIR WOLLTEN WISSEN, WAS DIE ZWEI KONZEPTE MITEINANDER VERBINDET.

HERR HEEL, KÖNNEN SIE KURZ BESCHREIBEN, WAS SPIRALDYNAMIK ÜBERHAUPT IST?

**Christian Heel:** Spiraldynamik ist ein Bewegungs- und Therapiekonzept, das die Spirale als Basis archaischer menschlicher Bewegungsabläufe erkennt und so gesunde dreidimensionale Bewegungen für den ganzen Körper erfahr- und lehrbar macht.

WAS IST DENN DER STELLENWERT DER SPIRALDYNAMIK IN DER PHYSIOTHERAPIE?

Das 3-D-Bewegungsverständnis bietet eine gute Grundlage, Bewegungsmuster dreidimensional zu analysieren, die funktionellen Ursachen der verschiedenen Schmerzsymptome zu eruieren und darauf basierend eine Therapiestrategie abzuleiten. Die eigenverantwortliche und partizipative Selbstoptimierung des Patienten steht dabei im Zentrum. Eigenwahrnehmung wird geschult, und der Patient lernt, wichtiges Know-how in den Alltag zu integrieren. Das Wiedererlernen von anatomisch sinnvollem Bewegungsverhalten hat eine hohe therapeutische Wirksamkeit. Die Optimierung alltäglicher Bewegungsgewohnheiten ist das konkrete Ziel.

IST SENSORTECHNOLOGIE EIN GEGENPOL ZUR SPIRALDYNAMIKTHERAPIE, ODER KANN MAN DIE KONZEPTE AUCH MITEINANDER VEREINBAREN?

Sensortechnologie hat grosses Potenzial in der Therapie und speziell in der Bewegungsvermittlung zum Beispiel bei Rückenschmerzen. Echtzeitfeedback wird

immer wichtiger. Zudem brauchen Patienten Unterstützung, wenn es darum geht, ihre Bewegungswahrnehmung zu verbessern. Hier kann ein Tool wie Valedo®Motion die Leistungen des Therapeuten gut ergänzen und den Patienten motivieren.

IST DENN JEDE ÜBUNG FÜR JEDEN PATIENTEN GLEICH GUT GEEIGNET?

Nein. Die Therapie geht immer auf die individuellen Probleme, Ansprüche und Bedürfnisse ein. Gerade weil jede körperliche Einschränkung auf eine einmalige gesundheitliche Vorgeschichte zurückgeht, ist die massgeschneiderte Therapie immens wichtig. Diese steht sowohl bei der Spiraldynamik als auch beim Valedo®Motion im Mittelpunkt.

KANN MAN HALTUNGSFEHLER MIT MASSGESCHNEIDERTER THERAPIE EINFACH LOSWERDEN?

Einfach vielleicht nicht, aber einfacher! Alte Gewohnheiten umzuprogrammieren, ist erwiesenermassen schwieriger, als neue Bewegungen zu lernen. Um aus alten Mustern herauszukommen, sind variantenreiches Lernen, präzise Rückmeldung in Echtzeit und anhaltende Motivation entscheidend wichtig. Hier wird die Sensortechnologie ihr grosses Potenzial entfalten, da der Patient durch eindrückliche Animation und direktes Feedback «dranbleibt».