

## **Stefan Reiß**

# Die Wirkung von physiotherapeutischen Maßnahmen auf die posturale Stabilität von Patient\_innen im mittleren und späteren Erwachsenenalter

## **Zusammenfassung**

Ziel der durchgeführten Studie war ein Erkenntnisgewinn der bisher wenig untersuchten Effekte von physiotherapeutischen Maßnahmen sowie eines spezifischen sensomotorischen Gerätetrainings auf die posturale Stabilität von Patient\_innen im mittleren Erwachsenenalter. Das Patientenkollektiv konnte sich nach 4 bis 5-wöchigen Therapiemaßnahmen in fünf von 12 Testungen signifikant verbessern. Dabei handelt es sich mehrheitlich um Übungen im Einbeinstand (EBS). Diese Tatsache lässt neben der verbesserten neuromuskulären Ansteuerung auch auf gesteigerte Krafftigkeiten der unteren Extremität schließen. Insgesamt ist der gruppeninterne motorische Leistungszuwachs mit durchschnittlich 6,78 % im Post-Test als befriedigend einzuschätzen.

## **Summary**

The aim of this study was to investigate impacts of physiotherapeutic interventions and a specific sensorimotor training on postural control of a middle-aged patient cohort (n=xx). How these effects turned out to be in the context of a therapeutic effort has been little examined up till now. In the course of the study lasting for four to five weeks, however, the results showed that all tested subjects improved statistically significantly in five of a total of twelve tests, including in particular exercises with the test method 'single-leg-stand' (EBS). This fact indicates not only improvements of neuromuscular activation as well as increased strength abilities of lower extremities. Overall, post-test analysis demonstrated an intra-group performance increase by an average of 6,78 %.

**Schlagworte:** (posturale Stabilität und Kontrolle, sensomotorisches Training, Einbein- und Zweibeinstand)