

DAS POST- POLIO- SYNDROM (PPS)

Physio*Vital*

Dagmar Mauch, PT und HP, Hauptstraße 38 in 78655 Dunningen

DIE POLIOMYELITIS ODER HEINE-MEDINISCHE KRANKHEIT

Ausgelöst durch drei Virentypen:

Typ 1 Brunhild (am häufigsten)

Typ 2 Lansing

Typ 3 Leon

Physio Vital

KRANKHEITSSYMPTOME DER POLIO

- ❖ Spinale Lähmung durch Befall der motorischen Vorderhornzellen im Rückenmark mit reversibler bis irreversibler Schädigung
- ❖ Dadurch kommt es zu einer schlaffen Lähmung der zu den betroffenen Motoneuronen gehörenden Muskulatur.
- ❖ In schweren Fällen kann der ganze Körper und auch die Atemmuskulatur betroffen sein.
- ❖ Selten werden zusätzlich Hirnstamm, Hirnnerven oder andere Hirnregionen befallen

KOMPENSATIONSMECHANISMUS

Durch das Absterben der vom Poliovirus befallenen Motoneurone verlieren die entsprechenden Muskelzellen den Anschluss an das Nervensystem.

Überlebende Nervenzellen können den Kontakt wieder herstellen und die Arbeit der abgestorbenen Zellen übernehmen. Der Einsatz ist aber **10 mal** höher als normal!

DAS GROSSE PROBLEM:

PhysioVital

Der Kompensationsmechanismus erschöpft sich!

VERBINDUNG ZWISCHEN MUSKEL UND NERV

Ständig werden alte Verbindungen zwischen Nerven und Muskeln ab- und neue aufgebaut. Doch der Neuaufbau funktioniert mit der Zeit immer schlechter. Nicht jede ausfallende Verbindung wird mehr ersetzt.

Die Folge: Die Muskeln werden schwächer und ermüden schneller. Die ständige Überbeanspruchung der Motoneurone führt zu einer Erschöpfung.

Umstritten ist wie viele ehemalige
Poliopatienten von den Spätfolgen betroffen
sind.

**IN DEN VEREINIGTEN STAATEN GEHT MAN VON
NAHEZU 100 % AUS!**

PhysioVital

DIAGNOSTIK DES PPS

- ❖ EMG
- ❖ Labor: Kreatinkinase (Muskelschädigung)
- ❖ Anamnese: akute Polio-Erkrankung
- ❖ Akute oder schleichende neue Verschlechterung in Bezug auf Allgemeinzustand, Muskelkraft, Ausdauer, Schmerzen, Länge der Erholungsphasen

SYMPTOME DES PPS

- ❖ Ermüdung, Erschöpfung
- ❖ Neue Muskelschwäche und Atrophie
- ❖ Schmerzen der Muskeln und Gelenke
- ❖ Kälteintoleranz
- ❖ Beinödeme morgens und abends
- ❖ Konzentrations- und Gedächtnisstörungen (nach Ruhephasen wieder Normalisierung)
- ❖ Allgemeines Krankheitsgefühl
- ❖ Verschlechterung des Gesamtzustandes
- ❖ Längere Erholungsphasen nach Anstrengung bzw. Krankheit

BESONDERS BETROFFENE AREALE

- ❖ Beinmuskulatur, aber auch Arme, Skelettmuskulatur
- ❖ Atemmuskulatur
- ❖ Schluck-/ und Sprechmuskulatur
mit ausgeprägter Kau Schwäche, Schmerzen im Hals-
Nackенbereich, Hustenbedürfnis bis zu
Erstickungsanfällen bei Verschlucken und dadurch
bedingte Gefahr der Aspirationspneumonie

DESHALB UNBEDINGTE ABKLÄRUNG:

❖ Neurologie:

Untersuchung des
Neuromuskulären
Status und der
Hirnnerven

❖ HNO- Klinik:

Röntgenuntersuchung
des Schlucktraktes

ZUM THEMA SCHMERZ:

- ❖ **10x höhere Schmerzempfindlichkeit!!!**
- ❖ Schmerzen durch Folgeschäden der Polio durch Arthrosen, Gelenkfehlstellungen, Muskelverspannungen, Osteoporose
- ❖ Schmerzen ähneln oft einem grippalen Infekt
- ❖ Schmerzen treten bei Überdehnung und Überbeanspruchung auf
- ❖ Schmerzen durch Reißen oder Entzündung der Nervenfasern

ZUM THEMA KÄLTEINTOLERANZ

- ❖ **2x höhere Kälteintoleranz!!!**
- ❖ Durch Störung im vegetativen Nervensystem
- ❖ Durch schlechte Durchblutung der Extremitäten
- ❖ Durch Bewegungsmangel, schlechte Muskelpumpe
- ❖ Typisches schmerzhaftes Kältegefühl, das durch warme Kleidung nicht ausgeglichen werden kann.
- ❖ Tipp: warmes Teilbad mit gefääßaktiven Substanzen (Rosskastanie, Besengingsterextrakt)

ZUM THEMA ATEMSCHWÄCHE

- ❖ Zunehmender Leistungsabfall, Blackout in Stresssituationen, Konzentrationsstörungen, morgendliche Müdigkeit mit Kopfschmerz, Abgeschlagenheit, Tagesmüdigkeit mit kurzem Einnicken
- ❖ Nächtliche Schlafstörungen (Ein- und Durchschlafen, Alpträume..)
- ❖ Nervosität, Schwitzen, Angstgefühle, Herzklopfen, Kurzatmigkeit, schnelle Atemnot, Stimmveränderung, hartnäckige Bronchialverschleimung, wiederkehrende Atemwegsinfektionen,
- ❖ Schmerzen im Kopf, im Nacken, am ganzen Körper
- ❖ Zyanose (blaue Lippen)
- ❖ Sehstörungen, Schwindel, Ohnmacht

Jahrelange Kompensation durch die intakten Nerven führt zu teilweiseem Untergang des überstrapazierten Nervengewebes. Dies hat zwangsläufig den Ausfall der nervalen Versorgung bestimmten Muskelgewebes zur Folge.

DIE PHYSIOTHERAPIE BEI PPS

PhysioVital

Physio Vital

EIN GANZ NEUER GEDANKE:

Muskelkräftigung? Nein Danke!

PhysioVital

UNSER MOTTO:

Weniger ist Mehr!!!

DIE THERAPIE

- ❖ Bobath, PNF, Manuelle Therapie, Lymphdrainage, Massagen, Schlingentisch, um akute Probleme zu behandeln
- ❖ Außerdem Osteopathie, Fußreflexzonen-therapie, Homöopathie, Akupunktur
- ❖ Entspannungstechniken
- ❖ Mobilisation von Narbengewebe
- ❖ Alltagshilfen, Hilfsmittelversorgung

ENTSPANNUNGSTECHNIKEN

- ❖ Körperwahrnehmungsschulung
- ❖ Autogenes Training
- ❖ Hypnotherapie
- ❖ Qigong, Taiji, Yoga
- ❖ PAUSEN ALLGEMEIN



Um Ressourcen aufzufüllen und diese zu pflegen

HILFSMITTELVERSORGUNG

- ❖ Beratung und Anlernen von Hilfsmittelgebrauch
- ❖ Unterstützung zum Gebrauch der Hilfsmittel
- ❖ Erklärung der Notwendigkeit von Hilfsmittel
- ❖ Abbau von Hemmungen



Hilfsmittel sind die beste Möglichkeit die vorhandenen Ressourcen zu schützen!!

DAS HEISST FÜR DEN PATIENTEN:

- ❖ Umstellung der Lebensgewohnheiten
- ❖ Kein Kampf und Krampf mehr, sondern Entspannung
- ❖ Statt der Treppen den Aufzug nehmen
- ❖ Statt Durchhalten viele Pausen machen
- ❖ Genaue Eigenwahrnehmung: Schmerz, Muskelzittern, Schwächegefühl zeigt Überlastung an
- ❖ Überlegter Einsatz aller Ressourcen
- ❖ Bereitschaft und Annahme der Hilfsmittel

DAS HEISST FÜR DEN THERAPEUTEN

- ❖ Umstellung des Therapiegedankens
- ❖ Keine Muskelkräftigung, kein Ausdauertraining
- ❖ Keine Kraftverbesserung, sondern ein ressourcengeschützter Alltag
- ❖ Hin zur Körperwahrnehmung, Eigeneinschätzung, Hilfe zur Lebensumstellung
- ❖ Hin zu Dehnungen, Mobilisation von Wirbelsäule und Gelenken, sowie von Nerven und Atemmuskulatur

PhysioVital

**WEG VOM LEISTUNGSDRUCK,
HIN ZUR ENTSPANNUNG**

FAZIT:

- ❖ Schmerzen, Muskelzittern oder Schwächegefühl muss gespürt, erkannt und richtig eingeschätzt werden. Es ist ein Zeichen der Überlastung!!!
- ❖ Deshalb müssen Patienten, Therapeuten und Angehörige umdenken und ein gemeinsames Ziel verfolgen:

Fordern, aber nicht überfordern!!!

DAS PROBLEM:

- ❖ Unwissenheit bei Betroffenen
 - ❖ Unwissenheit bei Therapeuten/ Ärzten
 - ❖ Unwissenheit bei Angehörigen
-  Wissen schützt vor fehlerhafter
Alltagsgestaltung und Therapie!!!

PhysioVital

VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT

Physio *Vital*

Dagmar Mauch

info@physiovital-dunningen.de

78655 Dunningen

Tel: 07403 / 922 522
