

GHBF

Gesellschaft für Haltungs- und  
Bewegungsforschung e.V.



MÜNCHNER SYMPOSIUM  
FÜR HALTUNGS- UND  
BEWEGUNGSSTEUERUNG

23. November 2019

MÜNCHEN



# Liebe Freunde der GHBF, sehr geehrte Teilnehmer und Gäste,

zum 6. Münchner Symposium für Haltungs- und Bewegungssteuerung der GHBF begrüße ich Sie ganz herzlich.

Die Themen unserer Veranstaltung bewegen sich hochaktuell um das Gleichgewicht als Regelsystem, sowohl in neurophysiologisch-wissenschaftlicher als auch in praktischer und emotionaler Hinsicht – am Arbeitsplatz, bei Training und Sport, im Patientengespräch, im eigenen Lebenswandel. Das Wort der Stunde lautet „neuro-myofasziale strukturelle und psycho-emotionale Balance“!

Ohne einzelne Beiträge hervorheben zu wollen, erwarte ich informative Anregungen für unseren Praxisalltag. Im Kern wollen wir unser Schmerz- und Patientenverständnis verbessern und von der Theorie in die Praxis umsetzen. Denn nur Behandlung, die berührt, bewegt!

In der Kombination von Wissen und Wissensvermittlung liegt das Potential dieses Symposiums! Bleiben wir neugierig,



Ihr Dr. med. Gregor Pfaff

# Das Programm

ab 09:00 Uhr

**Registrierung / Industrieausstellung**

10:00 Uhr

**Begrüßung**

10:05 Uhr

**Funktionelle Schmerzbehandlung heute**

Seite 6

Dr. med. Gregor Pfaff, München

Präsident der Gesellschaft für Haltungs- und Bewegungsforschung e.V.,  
Facharzt für Orthopädie und Chirotherapie.

10:30 Uhr

**Lebensstilmedizin – der Arzt als Coach  
von Patienten mit chronischen Erkrankungen**

Seite 8

Prof. Dr. Erich Würh, Bad Kötzing

Zahnarzt, Kieferorthopäde, Osteopath, Professor für Gesundheitsförderung und  
Prävention in Deggendorf, Autor und Verleger diverser Fachbücher.

11:00 Uhr

**„Update Faszien“ – was tut sich im Bindegewebe?**

Seite 10

Dr. Robert Schleip, München

Humanbiologe, Psychologe, Rolfing-Therapeut, Direktor der Fascia Research Group  
der Universität Ulm, Autor und Herausgeber zahlreicher Fachpublikationen.

11:30 Uhr

**Kaffeepause / Industrieausstellung**

12:00 Uhr

**Physiologie der Körperbalance**

Seite 12

PD Dr. Dietmar Basta, Berlin

Leiter des Zentrums für angewandte Medizintechnologie der HNO-Klinik.  
Unfallkrankenhaus Berlin, Forschungsschwerpunkt: Gleichgewicht und Mess-Systeme.

12:30 Uhr

**Gleichgewicht und sensomotorisches Training**

Seite 14

Prof. Dr. Wolfgang Taube, CH-Fribourg

Sportwissenschaftler, Leiter der Abteilung für Bewegungs- und Sportwissenschaften  
Universität Fribourg/Schweiz. Forschungsschwerpunkte: motorische Kontrolle  
und motorisches Lernen

13:00 Uhr

**Sensomotorische Komponenten im Hochleistungssport:  
Diskussion mit der deutschen Spitzen-Tennisspielerin Julia Görges**

Seite 16

Julia Görges, Regensburg

Dr. Marco Hartl, Regensburg

FA für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sportmedizin, u.a. Teamarzt beim DFB

13:30 Uhr

### **Mittagspause / Industrieausstellung**

14:30 Uhr

### **Ärztliche Kommunikation**

Seite 18

Pamela Emmerling, Falkensee

Heilpraktikerin (Psychotherapie), Pädagogin, Autorin des Fachbuches „Ärztliche Kommunikation“, langjährige Dozentin für die Ärztekammern in Schleswig-Holstein und Hamburg.

15:00 Uhr

### **Körperhaltung und Ergonomie am Bildschirmarbeitsplatz**

Seite 20

Prof. Dr. Egbert J. Seidel, Weimar

Chefarzt für Phys. und Rehab. Medizin, Klinikum Weimar, M.Sc. in Geriatrie, Sportmedizin, Manuelle Medizin, Spezielle Schmerztherapie, Naturheilverfahren, Musikermedizin.

15:30 Uhr

### **Kaffeepause / Industrieausstellung**

16:00 Uhr

### **Die Wirbelsäule zwischen Fuß- und Kopfsteuerung**

Seite 22

Ao. Univ.-Prof. Dr. Gerold Ebenbichler, A-Wien

Prof. für Phys. und Rehab. Medizin, Uni-Wien  
Leiter der Ambulanz für Wirbelsäulenstörungen und Dekonditionierungssyndrome, Mitglied der Österr. Ärztesgesellschaft für Manuelle Medizin (ÖÄGMM).

16:30 Uhr

### **Chronischer Rückenschmerz und sensomotorische Kontrolle**

Seite 24

PD Dr. Christian Puta, Jena

Sportwissenschaftler, Forschungsleiter für Sportmedizin und Gesundheitsförderung, Universität Jena, Wiss. Beirat des Bundesinstitutes für Sportwissenschaft, Forschungsschwerpunkte: Sensomotorik und chr. Rückenschmerz, Stressforschung.

17:00 Uhr

### **Schlusswort**

Dr. Gregor Pfaff, München

**Moderation:** Michael Kaune

10:00  
UHR

# Funktionelle Schmerzbehandlung heute



## **DR. MED. GREGOR PFAFF, MÜNCHEN**

Die Schmerzgenese ist eine systemische Integrität des neuro-myofaszialen und des gesamten sensomotorischen Systems. Vernetzt man sinnvoll alle Details der Grundlagenwissenschaften in ihrer praktischen und klinischen Bedeutung, so ergibt sich ein neues Mosaik: Die Bewegungswissenschaft hat sich zu einer Bewegungsmedizin entwickelt. Wirklich neu ist die Neurophysiologie dabei nicht. Aus der Perspektive des Gleichgewichts betrachtet wird sie zu einem Schlüsselfaktor der Muskeltonussteuerung.

Therapieversagen und Schmerz-Rezidiv nach symptomatischer Behandlung haben überwiegend physiologische Gründe. 80 Prozent der Schmerzen des Bewegungssystems beginnen funktionell im Muskel- und Skelettsystem. Doch bei bereits neuroplastisch fixierten Zuständen ist die bloße Beseitigung von Funktionsstörungen alleine nicht ausreichend. Diese Afferenz-Efferenz-Störungen müssen analysiert werden. Durch Training, Verhaltensanpassung und ggfs. Hilfsmittelverordnung kommt es zu einer neu programmierten sensomotorischen Integration. Bisherige Dysbalancen im Ausbildungs- und Wertesystem (Vergütung) bedürfen der Korrektur. Dabei ist „Würde“ kein Konjunktiv! Bei aller Wissenschaft gilt auch heute: Manuelle Behandlung berührt und bewegt zugleich.

Die Umsetzung in der Praxis gelingt auf Basis unseres erlernten Wissens (Leitlinien) und der persönlichen Evidenz des Offensichtlichen. Allein der Respekt vor dem hilfsbedürftigen Patienten und seinem Leidensweg gebieten Empathie und Zeit für die Mitsprache des Patienten. Es ist die Aufgabe der modernen Bewegungsmedizin, aktuellstes Schmerzverständnis mit neuer bewährter Menschlichkeit zu verknüpfen.

DER  
Referent

DR. MED. GREGOR PFAFF, MÜNCHEN

**DR. MED. GREGOR PFAFF, MÜNCHEN**

**Präsident der Gesellschaft für Haltung-  
und Bewegungsforschung e.V., Facharzt für  
Orthopädie und Chirotherapie.**

Der gebürtige Frankfurter studierte von 1977 bis 1986 in Pavia (Italien) und Ulm. Nach seiner Zeit als Truppenarzt bei der Bundeswehr war er von 1988 bis 1990 Assistenzarzt in der BG Unfallklinik in Murnau. Weitere Assistenzarztzeiten in einer Schwabinger orthopädischen Praxis und der orthopädischen Universitätsklinik LMU Großhadern schlossen sich an und führten zum Abschluss als Facharzt für Orthopädie.

Seit 1994 ist er in einer orthopädischen Einzelpraxis niedergelassen, die sich seit 1998 zu einer Privatpraxis für Haltung- und Bewegungsheilkunde entwickelt hat.

Seit 2007 ist er Gründungsmitglied und Präsident der Gesellschaft für Haltung- und Bewegungsforschung e.V. (GHBF).

Seit 2016 liegen seine Tätigkeitsschwerpunkte in der Ausbildung, in Veröffentlichungen und Vorträgen über Haltung- und Bewegungsmedizin und in der konservativen Orthopädie.

10:30  
UHR

# Lebensstilmedizin – der Arzt als Coach von Patienten mit chronischen Erkrankungen



## **PROF. DR. ERICH WÜHR, BAD KÖTZTING**

Die enorme Zunahme chronischer Erkrankungen ist das große Problem in unserem Gesundheitssystem: 80% der Todesfälle und 80% der Diagnosen in Arztpraxen betreffen diese so genannten Zivilisationserkrankungen – Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronische Lungenerkrankungen, chronische myofasziale Schmerzen, Arthrosen, Diabetes, Tumore usw.

Diese Erkrankungen sind weitgehend durch Lebensstilfehler der betroffenen Menschen verursacht. Die bewährten Behandlungsmethoden der Akutmedizin sind bestenfalls symptomatisch wirksam. Es braucht die Eigeninitiative der Patienten im Sinne eines gesundheitsfördernden und präventiven Lebensstils. Einen solchen Lebensstil müssen wir von unseren Patienten einfordern, wenn wir mit chronischen Erkrankungen erfolgreich und nachhaltig umgehen wollen.

Die Rolle des Behandlers muss sich im Sinne einer Lebensstilmedizin zum Berater und Befähiger (Coach) erweitern bzw. weiterentwickeln. Eine solche Lebensstilmedizin wird der Referent in seinem Vortrag skizzieren.



DER  
Referent

PROF. DR. ERICH WÜHR, BAD KÖTZTING

**PROF. DR. ERICH WÜHR, BAD KÖTZTING**

**Zahnarzt, Kieferorthopäde, Osteopath, Professor für Gesundheitsförderung und Prävention in Deggendorf, Autor und Verleger diverser Fachbücher.**

Erich Wühr ist seit 1983 in Bad Kötzting als Zahnarzt niedergelassen, seit 1995 in privater Praxis mit dem Schwerpunkt „Myofasziale Schmerzen innerhalb und außerhalb des Kausystems“.

Seit 1991 ist er Mitglied des Wissenschaftlichen Beirats der Ersten Deutschen Klinik für Traditionelle Chinesische Medizin, die er mitbegründet hat und die in Kooperation mit der Beijing University for Chinese Medicine betrieben wird.

Von 1991 bis 1997 hat er an der Wiener Schule für Osteopathie seine Osteopathieausbildung absolviert, von 2004 bis 2006 das Master-Studium „Kieferorthopädie“ an der Donau-Universität Krems.

Er ist Autor und Herausgeber zahlreicher Bücher zu den Themen Orale Medizin, Traditionelle Chinesische Medizin und Osteopathie. Seit 2012 ist er an der Technischen Hochschule Deggendorf (THD) als Professor für das Lehrgebiet „Gesundheitsförderung und Prävention“ berufen. In dieser Funktion forscht er am Gesundheitscampus Bad Kötzting der THD auf dem Gebiet der Lebensstilmedizin und des individuellen Gesundheitsmanagements.

11:00  
UHR

# Update Faszien – was tut sich im Bindegewebe?



## DR. ROBERT SCHLEIP, MÜNCHEN

Während in der klassischen Anatomie nur mehrdirektionale flächige derbe Bindegewebsmembrane als ‚Faszie‘ galten, werden heute zunehmend auch das intramuskuläre Bindegewebe, Sehnenplatten, Gelenkkapseln, Ligamente und ähnliche Bindegewebe als funktionelle Elemente eines ganzkörperweiten Zugspannungs-Netzwerkes („the fascial system“) zusammengefasst.

Nach einer aktuellen Hochrechnung ist dieses mit ca. 250 Millionen sensorischer Rezeptoren ausgestattet und stellt damit unser reichhaltigstes Sinnesorgan dar. Ein Großteil der faszialen Innervation besteht in Form von freien sympathischen Nervenendigungen. Propriozeptive Nervenendigungen sind hingegen recht ungleich im Fasziennetz verteilt. An retinakulären Strukturen ist deren Dichte interessanterweise besonders hoch, während Faszien mit einer hohen Kraftübertragungs-Funktion kaum propriozeptiv innerviert sind.

Faszien können sich aktiv kontrahieren, allerdings nur über langfristige Zeiträume von Wochen und Monaten. Für diese Tonusregulierung spielt einerseits die Besiedelungs-Dichte mit Myofibroblasten eine maßgebliche Rolle als auch der zelluläre Botenstoff TGF- $\beta$ 1, der wiederum vom Sympathikus mitbeeinflusst wird.

Die Dichte an Hyaluronan scheint vom Ausmaß der regelmäßigen Scher-Beweglichkeit des lokalen Faszien-Gewebes abzuhängen. Ob bzw. wie therapeutische Interventionen (Massage, Foam Rolling, Stretching, etc.) diese Dynamik gezielt beeinflussen, wird derzeit von mehreren Forschungsgruppen untersucht. Die gelegentliche Zunahme der Viskosität des Hyaluronan (z.B. in einer sauren Umgebung) dürfte bei einigen myofaszialen Dysfunktionen jedoch eine maßgebliche Rolle spielen.

DER  
Referent

DR. ROBERT SCHLEIP, MÜNCHEN

**DR. ROBERT SCHLEIP, MÜNCHEN**

**Humanbiologe, Psychologe, Rolfing-Therapeut,  
Direktor der Fascia Research Group der Universität  
Ulm, Autor und Herausgeber zahlreicher  
Fachpublikationen.**

Dr. biol. hum. Robert Schleip, Dipl. Psych., ist Direktor der Fascia Research Group an der Universität Ulm sowie Research Director der European Rolfing Association.

Nach langjähriger Praxis- und Lehrtätigkeit in der Rolfing Methode der Strukturellen Integration sowie der Feldenkrais Methode wandte er sich seit 2003 vermehrt der wissenschaftlichen Grundlagenforschung im Gebiet der Fasziensforschung zu.

Er ist Autor und Herausgeber zahlreicher Fachpublikationen und seine Forschungen über aktive Faszienskontraktilität wurden mit dem Vladimir-Janda-Preis für Muskuloskeletale Medizin ausgezeichnet.

12:00  
UHR

# Physiologie der Körperbalance



**PD DR. DIETMAR BASTA, BERLIN**

Das Gleichgewichtssystem ist ein multisensorisches System. Neben den 5 Gleichgewichtssensoren im Innenohr jeder Körperseite tragen vor allem propriozeptive und visuelle Inputs wesentlich zur Aufrechterhaltung der posturalen Kontrolle bei. Das kann leicht an der erhöhten Körperschwankung und Sturzgefahr unter schlechten Sichtverhältnissen oder auf weichen bzw. grob strukturierten Untergründen erkannt werden. Neuere Untersuchungen zeigen, dass auch das auditorische System Einfluss auf die Gleichgewichtsleistung nehmen kann.

Besonders exakte Informationen zur Eigenbewegung des Körpers bzw. zur Lage im Raum (im Verhältnis zum Erdmittelpunkt) liefern die peripheren Gleichgewichtssensoren. Das ist speziell an der Steuerung kompensatorischer Augenbewegungen erkennbar. Dadurch wird dem Menschen eine Relation zur statischen Umwelt vermittelt. Dennoch ist die geregelte Größe des Gleichgewichtssystems die Lage des Körperschwerpunkts. Dieser befindet sich etwa auf halber Distanz zwischen den Hüftgelenken. Die Regulation der Lage des Körperschwerpunkts erfolgt meist reflektorisch über zentrale Regelschleifen im Hirnstamm (Vestibulariskerne). Ein multisensorisches Cortexareal vermittelt die Wahrnehmung von Störungen oder sensorischen Konflikten. Somit ist das Gleichgewichtssystem abhängig von vielen Sinnessystemen. Wird einer der sensorischen Inputs reduziert, nimmt die Regelgüte drastisch ab.

DER  
Referent

PD DR. DIETMAR BASTA, BERLIN

**PD DR. HABIL. DIETMAR BASTA**

**Leiter des Zentrums für angewandte Medizintechnologie der HNO-Klinik.**

**Unfallkrankenhaus Berlin, Forschungsschwerpunkt: Gleichgewicht und Mess-Systeme.**

**05/2009:** Habilitation für das Fach Physiologie und Ernennung zum Privatdozenten am Institut für Neurophysiologie der Charité - Universitätsmedizin Berlin

**01/2003:** Leiter der HNO-Funktionsdiagnostik und -therapie am Unfallkrankenhaus Berlin

**1998-2002:** Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für Biologie und Biochemie der Universität Potsdam

**1998:** Promotion zum Doctor rerum naturalium (Dr. rer. nat.) im Bereich Neurophysiologie an der Humboldt-Universität zu Berlin

**1996-1997:** Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für Biologie der Humboldt-Universität zu Berlin

**1994:** Forschungsaufenthalte am Max-Planck-Institut für physiologische und klinische Forschung in Bad Nauheim und am Institut für Physiologie der Akademie der Wissenschaften in Minsk (Weißrussland)

**1990 – 1996:** Studium an der Humboldt-Universität zu Berlin

- Herausgeber des Fachbuches "Gleichgewichtsstörungen" in aktuell zwei Auflagen (Thieme-Verlag 2011 und 2016)
- Herausgeber des Fachbuches „Vertigo-Neue Horizonte in Diagnostik und Therapie“ (Springer-Verlag 2014)
- 2012 Innovationspreis für Audiologie und Neurootologie der Deutschen Gesellschaft für HNO-Heilkunde
- 2008 Hennig-Vertigo-Preis
- Sprecher der Fachgruppe Gleichgewichtsstörungen der Deutschen Gesellschaft für HNO-Heilkunde
- Gutachter diverser internationaler wissenschaftlicher Fachzeitschriften und Förderinstitutionen (Deutschland, England, Tschechien, Australien, Kanada)

12:30  
UHR

# Gleichgewicht und sensomotorisches Training

**PROF. DR. WOLFGANG TAUBE, CH-FRIBOURG**



**Gleichgewicht und sensomotorisches Training bei älteren Menschen – Warum das Gehirn (bzw. das Gehirnttraining) immer wichtiger wird.**

Die Häufigkeit von Stürzen nimmt mit zunehmendem Alter stark zu und sturzinduzierte Verletzungen und daraus resultierende Immobilität stellen in den westlichen Industrienationen mittlerweile die Haupt-Mortalitätsursache im Alter dar. Ein wesentlicher Faktor, der zu Stürzen im Alter führt, ist die abnehmende posturale Kontrolle und das Unvermögen, zwei oder mehrere Aufgaben parallel durchführen zu können. Gründe für die Verschlechterung des Gleichgewichts sind unter anderem in einer Reduktion der sensorischen Wahrnehmung und Integration zu sehen, aber auch in Defiziten in der neuronalen Kontrolle und Ansteuerung der relevanten Muskulatur. Neben Beeinträchtigungen von Rückenmarksreflexen gibt es immer mehr Hinweise, dass sich die wesentlichen Veränderungen auf kortikaler Ebene abspielen. Dieser Vortrag wird aufzeigen, wie sich die motorische Kontrolle mit zunehmendem Alter von einer automatisierten, stark auf subkortikalen Regionen basierenden Kontrolle, zu einer immer stärker auf kortikalen Zentren fokussierten Kontrolle verschiebt, so dass im Alter eine «kortikale Überaktivität» (cortical overactivation) vorliegt. Neueste Studien zeigen, dass durch Gleichgewichtstraining diese «cortical overactivation» reduziert werden kann und kortikale Hemmmechanismen gestärkt werden. Dies scheint essentiell zu sein, um kortikale Ressourcen zu schaffen, so dass auch ältere Personen wieder mehrere Aufgaben gleichzeitig ausführen können, ohne zu stürzen (z.B. Gehen und Teetasse tragen).

DER  
Referent

PROF. DR. WOLFGANG TAUBE, CH-FRIBOURG

**PROF. DR. WOLFGANG TAUBE**  
**CH-FRIBOURG**

**Ordentlicher Professor für Bewegungs- und Sportwissenschaften, Department für Neurowissenschaft und Bewegungswissenschaft, Universität Fribourg, Schweiz**

Prof. Taube studierte von 1997 bis 2002 Biologie sowie Bewegungs- und Sportwissenschaften in Freiburg im Breisgau sowie ein Studienjahr (1999) an der 'University of Sydney' (Australien). Seine Dissertation absolvierte er in Freiburg und schloss diese 2006 ab.

Als Post-Doc folgten Stationen an der Universitätsklinik Balgrist in Zürich (Schweiz) sowie an der University of Queensland in Brisbane (Australien) und der Universität Freiburg.

Seit 2009 ist Prof. Taube Leiter der Bewegungs- und Sportwissenschaften an der Universität Fribourg (Schweiz).

Neben zahlreichen Tätigkeiten als Gutachter und aktives Mitglied wissenschaftlicher Vereinigungen (z.B. Mitglied des 'Scientific Committee' des ECSS) nimmt Prof. Taube seit 2016 das Amt des Präsidenten der Sportwissenschaftlichen Gesellschaft der Schweiz (SGS) ein und fungiert seit Anfang 2019 als Präsident des Departments für Neurowissenschaften und Bewegungswissenschaften in Fribourg.

Thematische Schwerpunkte der Forschung von Prof. Taube stellen neuronale Grundlagen von Gleichgewicht und Gleichgewichtstraining, Sprüngen und Sprungtraining sowie Einflussfaktoren der motorischen Kontrolle und des motorischen Lernens dar, wie z.B. der Einfluss von verstärkendem Feedback oder Änderungen in der Aufmerksamkeitsfokussierung. Darüber hinaus interessiert sich Prof. Taube für den Einfluss und die Modulationsfähigkeit von kortikalen Hemmmechanismen, die essentiell für eine adäquate Bewegungskontrolle sind.

13:00  
UHR

## Diskussion: Sensomotorische Einlagen – Erfahrungen im Tennis



**DR. MED. MARCO HARTL – OTC REGENSBURG**  
**JULIA GÖRGES, REGENSBURG**



Abgesehen von wenigen Ausnahmen, erfordern nahezu alle Sportarten den Einsatz unserer Füße. Sie sind mit ihren zahlreichen Sensoren „the first and basic contact to the ground“. Hierüber werden die aufsteigenden Muskelketten mehr oder weniger aktiviert, wodurch viele weitere Bewegungsabläufe und -muster beeinflusst werden.

Ein schwacher, nicht aktivierter Fuß stresst den Rest des Körpers und verlangt Kompensationsmechanismen in den aufsteigenden Gelenken. Die Folge sind Fehl- und Überbelastungen, die vor allem im Sport, insbesondere im Leistungssport, zu häufigen Verletzungen führen.

Sensomotorische Einlagen sind ein bekanntes und mittlerweile bewährtes Tool in der Therapie aufsteigender Muskelkettenstörungen – doch sind sie auch geeignet für Sportler oder sogar Leistungssportler? Ein ganz klares JA – dies zeigen die Erfahrungen der letzten Jahre, insbesondere am Beispiel von WTA-Top-Spielerin Julia Görges. Steigerung der Fußdynamik und Beinaktivität, Entlastung der kritischen Sehnenansätze, Verbesserung der core stability sind u.a. die positiven Effekte des Einsatzes spezieller sporttauglicher sensomotorischer Einlagen.



**DR. MED. MARCO HARTL – REGENSBURG**

- 1996 – 2002:** Studium der Humanmedizin an der Martin-Luther-Universität Halle
- 2003 – 2005:** Arzt im Praktikum und Assistenzarzt; Orthopädische Klinik Lindenlohe; Chefarzt: Dr. med. R. Ebel
- 2005 – 2009** Assistenzarzt; Abteilung für Unfall-, Hand- und Wiederherstellungschirurgie, Sportmedizin; Krankenhaus Barmherzige Brüder, Regensburg
- 2009 – 2011:** Oberarzt; Abteilung für Unfall-, Hand- und Wiederherstellungschirurgie, Sportmedizin; Zugleich: Ärztlicher Leiter MVZ Orthopädie und Neurochirurgie, Krankenhaus Barmherzige Brüder
- 2011 – 2015:** Praxis: Überregionales Facharztzentrum ortho docs Schwandorf/Regenstauf/Cham
- Seit 2016:** Praxis: OTC | ORTHOPÄDIE TRAUMATOLOGIE CENTRUM REGENSBURG

**Sportbetreuung** (u.a.)

- Mannschaftsarzt U17 Nationalmannschaft Deutscher Fußballbund (DFB)
- WTA Tennisprofi Julia Görges

**JULIA GÖRGES, REGENSBURG**

Julia Görges zählt mit ihrem aktuellen WTA-Ranking auf Platz 28 zu den besten Tennisspielerinnen der Welt. Ihre Karriere: 7 Turniersiege, 472 gewonnene WTA-Matches, bereits unter den Top Ten der Weltrangliste. Die Saison 2019 startete perfekt mit dem Titelsieg beim WTA Auckland. Einige Verletzungen forderten ihren Tribut, doch die Rensaison verlief mit Birmingham, Wimbledon und den US-Open positiv. Am Saisonende kommt Görges ins Finale des WTA Luxemburg und startet mit neuem Team motiviert in die Saison 2020. Görges trainiert und spielt seit drei Jahren mit sensomotorischen Einlagen von MedReflexx.

14:30  
UHR

# Ärztliche Kommunikation: Lieber Schätze heben als Lasten schleppen – Wege zu gelingender Kommunikation



## **PAMELA EMMERLING, FALKENSEE**

In die Hunderttausende geht die Zahl der Gespräche in einem Berufsleben und besonders in der Medizin sind sie auf Passung und Compliance angewiesen. Drei Ziele gilt es im Auge zu behalten: bei sich zu bleiben, den Anderen zu erreichen und das gemeinsame Ziel.

Manchmal trennt dabei die medizinische Expertise Arzt und Patient, eine permanente Übersetzungstätigkeit ist gefordert. Und dann drängt in Praxis und Klinik die Zeit, die Taktung der Gespräche steht häufig in Gegensatz zu den Bedürfnissen des Patienten.

Wie erkenne ich in kurzer Zeit, wer da vor mir sitzt? Wie kann ich einen Gesprächsverlauf deeskalieren? Und von welchem Moment an kann ich mich erfolgreich zurücknehmen? Der Impulsvortrag will Tools benennen, die alltägliche Anforderungen erleichtern.

DIE  
Referentin

PAMELA EMMERLING, FALKENSEE

**PAMELA EMMERLING, FALKENSEE**

**Heilpraktikerin (Psychotherapie), Pädagogin,  
Autorin des Fachbuches: „Ärztliche Kommunikation“,  
Langjährige Dozentin für die Ärztekammern  
in Schleswig-Holstein und Hamburg.**

- Studium in Freiburg und Düsseldorf
- Lehramt an Gymnasien
- Leitung einer Abteilung für Hochbegabte in einem norddeutschen Weiterbildungsträger
- Lehrtätigkeit in deutschen Ärztekammern und in einem Bildungsinstitut in Österreich
- Autorin pädagogischer Fachliteratur
- Ausbildung zur staatlich geprüften Heilpraktikerin Psychotherapie
- Studium der Psychosynthese
- Gründung eines Studienhauses bei Hamburg
- Keynote Speaker auf Kongressen
- Coach für Praxen und Kliniken
- regelmäßige Vortragstätigkeit für ein Ministerium
- Fachbuch: Ärztliche Kommunikation, 2. Auflage Thieme Verlag

15:00  
UHR

# Körperhaltung und Ergonomie am Bildschirmarbeitsplatz



**PROF. DR. MED. EGBERT J. SEIDEL, WEIMAR**

Fast 70 % der Erwerbstätigkeiten haben heute einen Arbeitsplatz, an welchem Monitore oder Displays als Arbeitsmittel eingesetzt werden. Diese „Bildschirmarbeitsplätze“ werden oft ergonomisch eingerichtet, wobei die Tendenz zu immer weniger Bewegungsvielfalt und immer konzentrierterem Arbeitsmitteleinsatz geht.

In einer multidisziplinären Arbeitsgruppe haben wir uns mit den Auswirkungen dieser Arbeitsplatzgestaltung beschäftigt. Ein wichtiger Ansatz war die Okulomotorik einschließlich der Blick-Folgebewegungen, der Einstellmotorik der HWS und BWS einschließlich Schultergürtel. Der grundlegende Stereotyp Head-Mover wurde hinsichtlich seines Transfers in den Eye-Mover Stereotyp in verschiedenen Alters- und Patientengruppen (Vorschule, Grundschule, Gymnasium) untersucht sowie die Folgen für Haltung, Statik und Bewegung ermittelt. Dazu wurden das Vison Print® System, das Zebris®-System sowie biomechanische Untersuchungen hinsichtlich des C7-Os occiput-Winkels vorgenommen. Die Ergebnisse zeigen detailliert besondere Belastungen dieser oben genannten Regionen am Bildschirmarbeitsplatz auf. Das Problem des Ballistischen Intervalls (Blick-Folge-Bewegungen) konnten wir bis heute nicht vollständig klären, da die Rolle der Tandem-Muskelspindeln bisher nur bei der Katze intensiv untersucht wurde und Untersuchungsergebnisse beim Menschen ausstehen.

Ergonomie als alleiniger Handlungsansatz greift hier viel zu kurz, teilweise werden damit die Beschwerdekompexe verstärkt. Nur bei einer multiprofessionellen Herangehensweise (Arbeitsmediziner, PRM, Therapeut, Augenarzt, Optiker) kann dieses häufige Problem gelöst und langfristig beeinflusst werden.

DER  
Referent

PROF. DR. MED. EGBERT J. SEIDEL, WEIMAR

**PROF. DR. MED. EGBERT J. SEIDEL,  
MSC – WEIMAR**

**Chefarzt für Phys. und Rehab. Medizin, Klinikum Weimar, M.Sc. in Geriatrie, Sportmedizin, Manuelle Medizin, Spezielle Schmerztherapie, Naturheilverfahren, Musikermedizin.**

**1978 – 1984:** Studium der Humanmedizin an der Universität Jena

**1986:** Promotion „Thermodiagnostik im Leistungssport“

**1988:** Facharzt für Sportmedizin

**1990:** Chefarzt der Abteilung Physikalische und Rehabilitative Medizin der Kliniken und Polikliniken Weimar

**1998 - ff:** Chefarzt des Zentrums für Physikalische und Rehabilitative Medizin des Sophien- und Hufeland-Klinikum gGmbH Weimar

**2000:** Berufung zum Hon.-Professor für Musikermedizin und Musikphysiologie an der Hochschule für Musik „Franz Liszt“, Weimar

**2001 - 2008:** Vorstand der Deutschen Gesellschaft für Physikalische Medizin und Rehabilitation

**2003 - 2018:** Mitherausgeber wissenschaftlicher Zeitschriften wie „Physikalische Medizin, Rehabilitationsmedizin, Kurortmedizin“, „Musikermedizin und Musikphysiologie“ sowie „Manuelle Medizin“

**2008 - 2020:** Ärztlicher Leiter des sportmedizinischen Untersuchungszentrums Weimar des Deutschen Olympischen Sportbundes DOSB

**2008 - 2012:** Visiting Professor in Public Health/St. Elisabeth University College of Health and Social Sciences in Bratislava Slovak Republic

**2009:** Wahl zum Vorsitzenden der Sektion Physiotherapie der Landesärztekammer Thüringen (bis heute)

**2012 - 2019:** Berufung zum Gutachter für den Schweizerischen Nationalfonds zur Förderung der wissenschaftlichen Forschung Bern/Schweiz

**2016:** 16. Auflage Lehrbuch „Beschreibende und Funktionelle Anatomie“, Kurt Tittel/Egbert Seidel, Kiener Verlag München

**2019:** 5. Auflage „Konsensuskonferenz Physikalische und Rehabilitative Medizin“, Kiener-Verlag München

16:00  
UHR

# Die Wirbelsäule zwischen Fuß- und Kopfsteuerung



## **AO. UNIV.-PROF. DR. GEROLD EBENBICHLER**

Die motorische Kontrolle – definiert als systematischer Fluss neuronaler Information vom motorischen Kortex zu den motorischen Einheiten, um koordiniert Muskelkontraktionen zu generieren (für Position, zielorientierte Bewegung, Körperbalance) – ist aufgrund der multisegmentalen Struktur der Wirbelsäule im Bereich des Rumpfes hoch komplex. Für die Durchführung von Bewegungen, wie beispielsweise Aufheben einer Last oder Aufstehen von einem Sessel, werden dem Bewegungsbefehl entsprechend unzählige Muskeln und Faszikel in Becken und Rumpf räumlich und zeitlich fein-koordiniert aktiviert, damit diese gemeinsam mit den für die Bewegung aktivierten Muskeln der Extremitäten eine harmonische Durchführung dieser erlauben. Zusätzlich zur Bewegung gewährleistet die Muskulatur in jedem Bewegungsgrad Stabilität in den Segmenten sowie die Kontrolle der Körperbalance und der Orientierung.

Gemeinsam mit den pyramidalen, deszendierenden Informationen generieren hemmende und erregende deszendierende Informationen im extrapyramidalen System, die unter einer permanenten reflektorischen Modifikation stehen, einen „netto exzitatorischen“ Input in den Motoneuronen-Pool der Vorderhörner des Rückenmarks (Innervation von Muskelfasern und -spindeln) und/ oder der motorischen Hirnkerne. Die motorischen Axone stellen mit den von ihnen innervierten Muskelfasern funktionelle, motorische Einheiten dar. Diese motorischen Einheiten werden nach bestimmten Gesetzmäßigkeiten aktiviert und moduliert („Common drive“). Eine unterschiedliche Dichte an Muskelspindeln in verschiedenen Muskeln scheinen Rekrutierungsschwelle und maximale Feuerungsrate der jeweiligen motorischen Einheiten zu beeinflussen.

DER  
Referent

AO. UNIV.-PROF. DR. GEROLD EBENBICHLER, A-WIEN

**AO. UNIV.-PROF. DR. GEROLD EBENBICHLER  
A-WIEN**

**Prof. für Phys. und Rehab. Medizin, Uni-Wien  
Leiter der Ambulanz für Wirbelsäulenstörungen und  
Dekonditionierungssyndrome, Mitglied der Österr.  
Ärztesgesellschaft für Manuelle Medizin (ÖÄGMM).**

Ao. Univ.-Prof. Dr. Gerold Ebenbichler ist wissenschaftlicher Mitarbeiter und Oberarzt an der Universitätsklinik für Physikalische Medizin, Rehabilitation und Arbeitsmedizin der Medizinischen Universität Wien und des Allgemeinen Krankenhauses in Wien.

Er promovierte an der Universität Innsbruck und verfasste eine Dissertation an der Universitätsklinik für Neurologie in Wien.

Nach Beendigung seiner Facharztausbildung war er 1999 und 2000 als Forschungsstipendiat der Austrian Science Foundation am NeuroMuscular Research Center der Boston University in der Forschungsgruppe von Prof. Carlo J. DeLuca tätig.

Nach seiner Rückkehr arbeitete er für ein Jahr im neurotraumatologischen Rehabilitationskrankenhaus Weisser Hof (2001) und diente als medizinischer Berater an zwei asiatischen Krankenhäusern.

Sein Forschungsschwerpunkt liegt in der Physiologie neuromuskulärer Funktionen und der Bewertung von Behandlungseffekten physikalisch-medizinischer und rehabilitativer Interventionen.

Er ist Gutachter, Herausgeber, Mitherausgeber und Redaktionsmitglied mehrerer biomedizinischer Fachzeitschriften, die sich mit P&RM befassen.

16:30  
UHR

# Chronischer Rückenschmerz und sensomotorische Kontrolle



**PD. DR. CHRISTIAN PUTA, JENA**

Ziel des Vortrags ist es, ein konzeptionelles Modell zur sensomotorischen Kontrolle bei chronischem Rückenschmerz vorzustellen. Basierend auf dem vorgestellten Modell werden ausgewählte Kernideen für Implikationen im Bereich sensomotorischer und somatosensorischer Diagnostik- und Therapie aufgezeigt.

## **Der Vortrag gliedert sich in drei Teile:**

Im ersten Teil werden evidenzbasierte Ergebnisse zur neuromuskulären Kontrolle, spinalen (In)stabilitäten und Modellvorhersagen dargelegt.

Der zweite Teil beinhaltet Aspekte der somatosensorischen Informationsverarbeitung bei chronischem Rückenschmerz und Aspekte zur zentralen Schmerzverarbeitung (visuelle Wahrnehmung und verbale Stimuli).

Im dritten Teil des Vortrags werden praktische Implikationen zusammengefasst.



DER  
Referent

PD. DR. CHRISTIAN PUTA, JENA

**PD. DR. CHRISTIAN PUTA, JENA**

**Sportwissenschaftler, Forschungsleiter für Sportmedizin und Gesundheitsförderung, Universität Jena, Wissenschaftlicher Beirat des Bundesinstitutes für Sportwissenschaft, Forschungsschwerpunkte: Sensomotorik und chronischer Rückenschmerz, Stressforschung.**

PD Dr. phil. Christian Puta ist Forschungsleiter und Leiter des nicht-klinischen Bereichs am Lehrstuhl für Sportmedizin und Gesundheitsförderung der Friedrich-Schiller-Universität Jena.

Nach Abschluss des Diploms in Sportwissenschaften mit dem Schwerpunkt Prävention und Rehabilitation erfolgte 2007 an der Fakultät für Sozial- und Verhaltenswissenschaften der Friedrich-Schiller-Universität Jena die Promotion zum Dr. phil.. 2017 wurde durch dieselbe Fakultät die *venia legendi* für Sportmedizin und Gesundheitsförderung verliehen. Dissertation (dritter Preis) und Habilitation (zweiter Preis) wurden mit dem DOSB Wissenschaftspreis ausgezeichnet.

Christian Putas Forschungsschwerpunkt beinhaltet experimentelle und modellbasierte Ansätze der sensomotorischen Kontrolle beim chronischen Rückenschmerz. Darüber hinaus forscht er aus präventiver Perspektive im Themenfeld der „Exercise Immunology“. Seit 2019 leitet er als universitärer Vorstandssprecher das Kompetenzzentrum für interdisziplinäre Prävention (KIP) der Friedrich-Schiller-Universität und der BGN. In der universitären Lehre vermittelt Christian Puta sportwissenschaftliche und sportmedizinische Inhalte in der Wissenschaftspropädeutik, Prävention, Gesundheitsförderung, Sensomotorischen Kontrolle und Schmerz, Exercise Immunology in sportwissenschaftlichen, ernährungswissenschaftlichen und medizinischen Studiengängen.

# Sponsoren

**MED REFLEXX**

SinfoMed<sup>®</sup>

# Aussteller

**OPED**  
Mit uns geht's weiter.

**pedalo<sup>®</sup>**

**MFT**  
Bodyteamwork

**BVV**

**ORTHOPRESS<sup>®</sup>**

**DIERS<sup>®</sup>**  
BIOMEDICAL SOLUTIONS

**my medibook<sup>®</sup>**  
elearning & medical science

**Z**  
ZEISBERG

**KVG**

**Dr. iRaidl Beratung**  
für Gesundheits- und Gesundheitswesen

**NEOFECT**  
We inspire hope

**IDIAG**

Informationen zu den Sponsoren und Ausstellern finden Sie auch online unter [www.ghbf.de](http://www.ghbf.de)



# Erfolgreiches Therapiekonzept - zufriedene Patienten



## URSACHENBEHANDLUNG MIT SENSOMOTORISCHEN EINLAGEN

Das Therapieprinzip: Durch gezielte Stimulation bestimmter Areale der Fußsohle wird die gesamte Körperhaltung beeinflusst. Die neuen Reize werden vom Zentralen Nervensystem in gesteuerte Impulse für Muskel- und Körperspannung übersetzt. Durch die Umverteilung von Belastungen und das Ausgleichen muskulärer Dysbalancen können funktionelle Störungen des Bewegungsapparates gezielt behandelt und Schmerzursachen beseitigt werden, mit positiven Auswirkungen auf

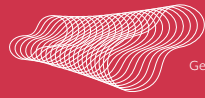
Körperhaltung, -statik und Gangbild. Die Areale sensomotorischer Einlagen von MedReflexx werden individuell befüllt und können im Therapieverlauf an veränderte Bedürfnisse angepasst werden. Austestung, Anpassung und Kontrolle bleibt in der Hand des Therapeuten, um einen effizienten und erfolgreichen Therapieverlauf gewährleisten zu können. Laut einer Studie beurteilen Ärzte und Therapeuten den Therapieerfolg mit den MedReflexx-Einlagen zu über 80% mit gut bis sehr gut.

Wenn Sie mehr über das Therapieprinzip erfahren möchten oder eine Weiterbildung zum Sensomotorik-Experten in Betracht ziehen, wenden Sie sich bitte an [info@medreflexx.de](mailto:info@medreflexx.de) oder telefonisch über 089 / 330 37 47-0



[www.medreflexx.de](http://www.medreflexx.de)

**MED REFLEXX**



GHBF

Gesellschaft für Haltungs- und  
Bewegungsforschung e.V.



Informationen über die GHBF  
und ihr Kursangebot online:



[www.ghbf.de](http://www.ghbf.de)