

# Handtherapeutin mit Forschungsleidenschaft

**CORNELIA PARIES** In ihrer Bachelorarbeit widmete sich Cornelia Paries dem skapholunären Ligament – dem Hauptstabilisator unserer Hand. Ist es verletzt, wird das Handgelenk über Wochen ruhiggestellt. Das führt zu Bewegungseinschränkungen, Kontrakturen und Atrophien. Um diesen entgegenzuwirken, erarbeitete die Ergotherapeutin ein dynamisches Nachbehandlungskonzept.



**Welche drei Tipps können Sie nachfolgenden Studenten geben?**

1. Wählt für Hausarbeiten und Bachelorarbeit Themen, die euch motivieren.
2. Nutzt eure praktische Arbeit als Ergo, um das Gelernte zu verfestigen!
3. Tauscht euch intensiv mit Kommilitonen aus, um voneinander zu profitieren!

**Was machen Sie am liebsten in Ihrer Freizeit?**

Meine Freizeit verbringe ich am liebsten mit meinem Mann und guten Freunden. Da wir direkt am Wald wohnen, gehe ich gerne dort laufen. Außerdem liebe ich es, zu wandern und zu lesen – oft sogar mehrere Bücher parallel.

**Welches Buch lesen Sie gerade?**

Neben zwei weiteren: „5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen: Einsichten, die Ihr Leben verändern werden“ von Bronnie Ware und Wibke Kuhn.

**Was wünschen Sie sich für die Zukunft?**

Dass weiterhin alles gut läuft, vor allem glücklich und gesund zu bleiben, immer Zeit für die Familie und für meinen Mann zu haben.

# Dynamisches Nachbehandlungskonzept bei verletztem skapholunärem Ligament

## Cornelia Paries ...

... geboren 1985, ist verheiratet und lebt in ihrer Geburtsstadt Berlin. Nach dem Abitur 2005 entschied sie sich für die Ausbildung zur Ergotherapeutin am Görlitzer Privatschulzentrum.

Zurück in Berlin, sammelte sie zunächst erste Berufserfahrungen in ergotherapeutischen Praxen, bis sie 2009 das Berliner Therapiezentrum „Am Schlosspark-Theater“ mit aufbaute. Parallel zu ihrer Tätigkeit als leitende Ergotherapeutin absolvierte sie die Weiterbildung zur zertifizierten Handtherapeutin an der Akademie für Handrehabilitation. Seit 2011 ist sie dort als Dozentin tätig, anfangs als Honorarkraft und seit zwei Jahren in Vollzeit. Nebenbei arbeitet sie vertretungsweise im Krankenhaus Waldfriede in der Handtherapie. 2015 schloss sie ihr Fernstudium „Medizinalfachberufe – Schwerpunkt Handrehabilitation“ an der Diploma FH Nordhessen mit dem Bachelor of Arts erfolgreich ab. Im kommenden Jahr soll es mit dem Masterstudium weitergehen.

## Die Bachelorarbeit

Das skapholunäre Ligament (SL-Band) ist der Hauptstabilisator der Hand, welcher die Handwurzelknochen Os scaphoideum und Os lunatum miteinander verbindet. Verletzungen des SL-Bandes treten relativ häufig auf, beispielsweise durch das Aufstützen bei einem Sturz. Das hat gravierende Folgen für die Stabilität der gesamten Hand.

Die übliche Nachbehandlung nach Verletzung oder Operation des SL-Bandes sieht eine Ruhigstellung des Handgelenks von sechs bis acht Wochen vor. Studien zeigen aber, dass eine derart lange Immobilisation negative Veränderungen wie Atrophien, Kontrakturen sowie geringere Reißfestigkeit von Bändern und Sehnen mit sich bringt. Cornelia Paries setzte sich zum Ziel, ein optimiertes Nachbehandlungskonzept zu entwickeln, mit dem skapholunäre Bandverletzungen dynamisch heilen können. Dafür suchte sie zunächst über eine Literaturrecherche und Auswertung wissenschaftlicher Studien nach Antworten auf die Fragen:

1. Inwieweit ist eine dynamische frühfunktionelle Nachbehandlung von SL-Band-Verletzungen nach heutigem Wissen möglich?
2. Inwieweit kann das Handgelenk nach SL-Band-Verletzungen frühfunktionell bewegt werden, ohne die Heilung des skapholunären Ligamentes und damit die Stabilität des Handgelenkes zu gefährden?

Auf Basis ihrer Recherche entwickelte die Ergotherapeutin ein Nachbehandlungskonzept und erreichte ihr Forschungsziel.

## Das Ergebnis

Cornelia Paries gelang es, ein dynamisches Nachbehandlungskonzept nach konservativ versorgten Teilrissen oder operativ versorgten Rissen des SL-Bandes zu entwickeln. Die Komponenten der Behandlung bestehen aus Schienenversorgung, propriozeptivem Training, muskulärem Training und Gelenksbehandlung. Das Konzept beinhaltet zudem ein zeitliches Schema, welches die therapeutischen Inhalte in den Heilungsphasen veranschaulicht:

→ Akutphase (bis 3./5. Tag): Patientenaufklärung, Lymphdrainage, Anpassung einer Lagerungsschiene, Fingerbewegungen ohne

- Kraft, Mobilisation der angrenzenden Gelenke, propriozeptives Training der nicht-betroffenen Körperseite, imaginäres Training
- Proliferationsphase (ab 3.–5. Tag bis 6. Woche): Anpassung einer dynamischen Orthese, propriozeptives Training, muskuläres Training, Manuelle Therapie, Narbenbehandlung, ADL-Training und vegetative Behandlung
- Umbauphase (ab der 6. Woche): Entfernen der Orthese, aktive Bewegungsübungen in vollem Bewegungsumfang, propriozeptives und Koordinationstraining, muskuläres Training zur globalen Stabilisation, Manuelle Therapie

## Das Fazit

Cornelia Paries fasst zusammen, dass ...

- das dynamische Nachbehandlungskonzept einen innovativen Behandlungsansatz darstellt, welcher, im Vergleich zur Methode der Immobilisation, unerwünschte Folgeschäden wie Bewegungseinschränkungen, Kontrakturen und Atrophien verhindert. Zudem führt die frühzeitige propriozeptive Wahrnehmungsschulung zu einer verbesserten Bewegungskoordination.
- das frühfunktionelle Nachbehandlungskonzept mit einer verkürzten Behandlungsdauer, minimierten Komplikationen und somit reduzierten Behandlungskosten auch wirtschaftlich punktet.
- das Nachbehandlungskonzept zwar auf wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert, aber noch in der Praxis erprobt werden muss. Idealerweise werden die Hypothesen des Konzeptes im Rahmen nachfolgender Studien gestützt und mögliche Risiken der frühfunktionellen Behandlung ausgeschlossen.

Interessenten können die Bachelorarbeit per E-Mail anfragen: C.Paries@fortbildung-afh.de.

Nora Sieweke

- ➔ Paries C. Die Entwicklung eines handtherapeutischen Managements zur Optimierung der Behandlung von Verletzung des skapholunären Ligamentes. Bachelorarbeit an der DIPLOMA-HOCHSCHULE Berlin; 2015