

Privatpraxis und **Weiterbildungsinstitut**
für neurologische und orthopädische Rehabilitation



renata horst

MSc ■ PHYSIOTHERAPEUTIN



In dieser **lehrtherapeutischen Praxis** steht die Lebensqualität des Individuums im Vordergrund. Gemeinsam definieren Therapeut und Patient Ziele, die sowohl Alltagsaktivitäten, als auch die Teilnahme am soziokulturellen Umfeld und am Berufsleben ermöglichen sollen.



Klinische Diagnostik:

- Differenzierte Befunderhebung für orthopädische und neurologische Patienten.
- Ganzheitliche Untersuchungsmethoden.
- Alltagsorientierter Bewegungs- und Haltungsscheck.
- Definition der individuellen Gesundheitsziele.



DIAGNOSTIK

Neuromuskuläre Arthroossäre Plastizität, N.A.P.® ist ein integratives, neuroorthopädisches Konzept, das sowohl in der neurologischen, orthopädischen und traumatologischen Rehabilitation als auch in der Prävention angewendet wird.

Plastizität bedeutet Veränderung oder Anpassung. Die Erkenntnis, daß Körperstrukturen sich den jeweiligen alltäglichen und beruflichen Anforderungen anpassen müssen, bestimmt die methodische Vorgehensweise dieses Konzepts.

Die strukturelle Behandlung erfolgt vorwiegend unter der aktiven zielmotorischen Bewegung des Patienten. Hierbei verbindet der Therapeut manual-therapeutische Kenntnisse und neurophysiologische Grundlagen um das motorische Lernen des Patienten zu fördern.

Als Basis für die Beratung von Patienten und ihren Angehörigen dient die ausführliche Bewegungsanalyse und ganzheitliche Differentialdiagnostik. Das N.A.P.® -Konzept beleuchtet die Komplexität des menschlichen Bewegungsapparates und nutzt diese für eine ganzkörperliche Betrachtungs- und Behandlungsweise.



KONZEPTE

Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation, PNF gehört seit den 40er Jahren zu den bedeutungsvollen physiotherapeutischen Behandlungskonzepten. *Fazilitation* kommt aus dem Lateinischen und bedeutet *Erleichterung*.



Die Philosophie beinhaltet, daß Menschen lernen können ihre Potentiale zu nutzen um Reserven für Alltagsfunktionen zu mobilisieren. Hierfür können die Hände des Therapeuten ein hilfreiches Werkzeug sein.

Das oberste Behandlungsziel ist es, unabhängig von der Diagnose, die Lebensqualität des Patienten zu fördern. Hierbei wird die bestmögliche Bewegungsqualität im Hinblick auf Sicherheit und möglichst ökonomische Bewegungen angestrebt.



KONZEPTE

Schmerzmanagement und das Erleben von positiven Bewegungserfahrungen sind die elementaren Ziele der Behandlungsmethoden.



Behandlungsspektrum:

- **Chronische Schmerzen:** Migräne, Tinnitus, Schwindel, Fibromyalgie.
- **Orthopädische Störungen:** Bandscheibenvorfall, Gelenkarthrosen, künstliche Gelenke, Kiefergelenksdysfunktionen.
- **Verletzungen:** komplexe Knochen-, Band- und Kapselverletzungen, Schleudertrauma, Plexusparese.
- **Neurologische Erkrankungen:** Schlaganfall, Schädelhirntrauma, Tumor, Multiple Sklerose, Parkinson.
- **Lebenswichtige Funktionen:** Atmen, Essen und Schlucken.



THERAPIE





Ausbildung zum N.A.P.[®] - Therapeuten

- die Brücke zwischen Orthopädie und Neurologie

N.A.P.[®] (Neuromuskuläre Arthroosäre Plastizität) ist ein integratives, neuroorthopädisches Konzept zur Förderung von motorischen Strategien im Alltag. Schwerpunkt dieser Kurse ist die praktische Anwendung (70% Praxis / 30% Theorie).

Die Ausbildung zum N.A.P.[®] - Therapeuten besteht aus 4, aufeinander aufbauenden Modulen. Die Module I und II beschäftigen sich theoretisch und praktisch mit möglichen Funktionsstörungen des Körpers. Die Module III und IV konzentrieren sich auf das motorische Strategietraining in der neurologischen und orthopädischen / traumatologischen Rehabilitation.

Alltagsaktivitäten und die Teilnahme am sozio-kulturellen Leben werden gefördert. In den Kursen werden neben der Symptomalogie, Epidemiologie und Pathophysiologie



WEITERBILDUNG

international standardisierte Testverfahren und Behandlungsmethoden erläutert und durch die Kursleitung demonstriert.

Nach Absprache können eigene Patienten zu den Kursen eingeladen werden.

Modul I: Funktionsstörungen LWS/Becken/untere Extremität

- Funktionelle Anatomie und Biomechanik
- Neurophysiologische Behandlungsprinzipien: Nutzung von spezifischen Stimulationsmöglichkeiten zur Unterstützung der Bewegungsplanung und ökonomischen Bewegungsausführung. Die Bedeutung von emotionalen Einflüssen (limbisches System) bei Schmerz und Angst, und für die Motivation.
- Klinisch orientierte Untersuchung: LWS/ISG/Untere Extremität, Ganganalyse.
- Klinisch motorische Tests zur Beurteilung und Automatisierung von Bewegungsabläufen und Sturzgefahr. Tests zur Dokumentation der neuralen Beweglichkeit.
- Mobilisation neuraler Strukturen: Strukturelle Behandlungsmethoden unter der Willkürmotorik, um kurzfristige funktionelle Veränderungen in langzeitige strukturelle Veränderungen zu bewirken.
- Langfristiges Lernen fördern: Fazilitation und Automatisierung von alltags-spezifischen und berufsbezogenen Bewegungen durch Anleitung für das Eigen-training mit und ohne Geräte.

Modul II: Funktionsstörungen Kiefer/HWS/BWS/obere Extremität

- Funktionelle Anatomie und Biomechanik
- Neurophysiologische Behandlungsprinzipien: Nutzung von spezifischen Stimulationsmöglichkeiten zur Unterstützung der Bewegungsplanung und ökonomischen Bewegungsausführung. Die Bedeutung von emotionalen Einflüssen (limbisches System) bei Schmerz und Angst, und für die Motivation.



WEITERBILDUNG



- Klinisch orientierte Untersuchung: Kiefergelenk, obere Kopfgelenke, HWS, cerviko-thorakaler Übergang, BWS. Klinische Tests zur Beurteilung der Automatisierung von Bewegungsabläufen. Feinmotoriktests. Tests zur Dokumentation neuraler Beweglichkeit.
- Mobilisation neuraler Strukturen zur Förderung der synaptischen Effizienz: Strukturelle Behandlungsmethoden unter der Willkürmotorik, um kurzfristige funktionelle Veränderungen in langzeitige strukturelle Veränderungen zu bewirken.
- Langfristiges Lernen fördern: Fazilitation und Automatisierung von alltags-spezifischen und berufsbezogenen Bewegungsabläufen durch gezielte Anweisungen für das Eigentaining.



WEITERBILDUNG

Modul III: in der neurologischen Rehabilitation

■ **Pathologien:**

Schlaganfall, Multiple Sklerose, Schädelhirntrauma, Parkinson.

■ **Symptomkomplexe:**

Spastizität, Ataxie, Akinese, Rigor, Tremor, Verlust der posturalen Kontrolle, Gleichgewichtsstörungen.

Modul IV: in der orthopädischen und traumatologischen Rehabilitation

■ **Pathologien:**

Bandscheibendegeneration, Gelenk-, Muskel-, Bandverletzungen und Entzündungen, Frakturen.

■ **Symptomkomplexe:**

Schwindel, Tinnitus, Migräne, Gelenkinstabilitäten und -einschränkungen, Gangstörungen, ausstrahlende Schmerzen und Mißempfindungen.

Jedes Modul beinhaltet 25 Unterrichtseinheiten / Fortbildungspunkte.

■ **Teilnehmer:**

Physiotherapeuten, Logopäden, Ergotherapeuten, Ärzte.

■ **Voraussetzungen:**

Grundkenntnisse der Anatomie.

Bei Absolvierung aller Module (100 Fortbildungspunkte) besteht die Möglichkeit an einer Lernkontrolle teilzunehmen. Auf Wunsch kann der Absolvent auf einer Therapeutenliste eingetragen und weiterempfohlen werden.



WEITERBILDUNG

Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation, PNF

Die PNF-Weiterbildung beinhaltet den Grundkurs (100 Unterrichtseinheiten / Fortbildungspunkte und den Aufbaukurs (50 Unterrichtseinheiten / Fortbildungspunkte) mit Zertifikatsprüfung. Die erfolgreiche Absolvierung der Weiterbildung gemäß den Richtlinien der IKK, federführend für die deutschen Krankenkassen, berechtigt zur Abrechnung der Position „Neurophysiologische Krankengymnastik“ (KGN).

Hierfür sind folgende Richtlinien der IKK maßgebend:

- Der Referent muss anerkannter IKK-Fachlehrer sein.
- Der Teilnehmer muss über eine staatliche Anerkennung zum Beruf „Krankengymnast“ oder „Physiotherapeut“ verfügen.
- Der Teilnehmer muss zu Beginn der Weiterbildung eine mindestens einjährige Berufstätigkeit als Krankengymnast oder Physiotherapeut nachweisen.

Da die Referentin anerkannte IPNFA-Instruktorin ist, sind die Kurse auch international anerkannt und berechtigen zur weltweiten Teilnahme an weiterführenden Kursen.

Referentin: **Renata Horst**
MSc (Neurorehabilitation),
PT-OMT, adv. IPNFA-Instruktorin, IKK-Fachlehrer

Anmeldung: Frau Blum, Tel. +49 (0)761 . 48 80 127 / kurse@renatahorst.de

Termine: Termine, Kursorte, Literaturempfehlungen und Artikel zum Ausdrucken unter: www.renatahorst.de



WEITERBILDUNG

Veröffentlichungen

seit 1996

Artikel in diversen physiotherapeutischen Fachzeitschriften in Deutschland und in der Schweiz.

2001

Buchbeitrag:

„Motorisches Lernen“ in F. van den Berg,
„Angewandte Physiologie für Physiotherapeuten“,
Band III, Thieme

2005

Eigenes Buch:

„Motorisches Strategietraining und PNF“, Thieme

2005

Buchbeitrag:

„Neuromuskuloskeletale Plastizität der kranio-
mandibulären Region“ in H.J.M. von Piekartz,
„Kiefer, Gesichts- und Zervikalregion“, Thieme

2007

Buchbeitrag:

„Neuromuskuloskeletal Plasticity of the Cranio-
mandibular Region“ in H.J.M. von Piekartz,
„Craniofacial PAIN“, Elsevier

2008

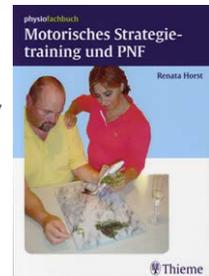
Herausgeberin:

„Therapiekonzepte in der Physiotherapie: PNF“,
Thieme

2009

Eigenes Buch:

„Therapiekonzepte in der Physiotherapie: N.A.P.®“,
Thieme



VERÖFFENTLICHUNGEN

Ausbildung

1977 bis 1983

High School Diplom in den USA, Abitur in Hannover,
Toledo University in den USA

1983 bis 1985

Ausbildung: Physiotherapieschule Koblenz, Brüderkrankenhaus

1985 bis 1995

Kurse in Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation (PNF)
nach M. Knott, USA

Kurse in Orthopädischer Manueller Therapie (OMT)
nach Kaltenborn-Evjenth, Norwegen

Internationaler Manipulationskurs bei D. Lamp, Kanada
Motorisches Lernen bei Prof. A. Gentile, Prof. D. Umphred, USA
und Prof. T. Mulder, Holland

1995

Abschluss Examen als IPNFA-Instruktorin

1999

Abschluss Examen in Orthopädischer Manueller Therapie, OMT

2007

Masters of Science (MSc) in Neurorehabilitation

Beruflicher Werdegang

1986 bis 1991

Lehrkraft an der Reha-Klinik Karlsbad-Langensteinbach und der
Physiotherapie-Schule der Universitätsklinik Freiburg

ab **1990**

Entwicklung des eigenen Therapiekonzeptes N.A.P.®

seit **1995**

Instruktorientätigkeit in PNF

seit **1999**

Instruktorientätigkeit in „Motorisches Strategietraining“ und N.A.P.®

seit **2001**

Dozentin für Bachelor's Studiengang an der Universität Marburg,
internationale Instruktorientätigkeit in Deutschland, Schweiz, Öster-
reich, Norwegen, Italien, Polen, Griechenland, Japan und Korea

1991 bis 2005

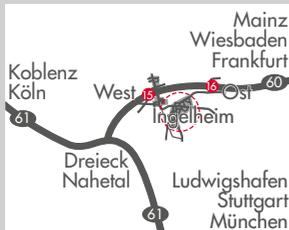
eigene Praxis für Physiotherapie in Freiburg und Bad Krozingen

seit **2005**

Privatpraxis und Weiterbildungsinstitut in Ingelheim



LEBENS LAUF



ANFAHRT

mengel : werbung : gestaltung : fotografie : info@melkweg.de

Renata Horst, MSc

- Physiotherapeutin
- MSc, Neurorehabilitation
- Orthopädische Manualtherapeutin (OMT)
- IPNFA-Instruktorin

www.renatahorst.de ■ info@renatahorst.de

Stiegelgasse 40 ■ 55218 Ingelheim am Rhein

Telefon +49 (0)171 . 28 75 288



STANDORT