

Reha per Mausclick!

auva.at



Zur Person



Christoph Oratsch, MSc

Physiotherapeut, Sportphysiotherapeut, Trainer



AUVA – UKH Klagenfurt am Wörthersee

Ärztliche Leitung: Prim. Priv.-Doz. Dr. Smekal

Bereich Physiotherapie

Leitung: PT Christoph Oratsch, MSc

Nebenberuflich

Lektor FH Kärnten – Studiengang Physiotherapie



auva.at

Es besteht kein Interessenskonflikt.

Warum Telerehabilitation?

Ergänzung zur traditionellen Therapie vor Ort

- Verbesserter Zugang zur Therapie
- Zeiteffizienz und Flexibilität
- Kontinuierliche Betreuung
- Kosteneffizienz
- Technologische Integration
- Pandemie und gesundheitliche Krisen
- Patient:innenautonomie und Motivation

Zusammenfassend bietet die Telerehabilitation in der Physiotherapie Flexibilität, besseren Zugang und innovative Möglichkeiten zur kontinuierlichen Betreuung – all das kann zu einer besseren Therapieerfahrung und schnelleren Genesung führen.

Verbessertes Zugang zur Therapie



- Keine Anreise
 - Bequem von zu Hause aus durchführbar
 - Erreichbarkeit von Patient:innen im ländlichen Raum
- Erreichbarkeit von Patient:innen mit eingeschränkter Mobilitätsfähigkeit

Zeiteffizienz und Flexibilität



- Flexible Terminplanung
- Tagesablauf passend planbar
- Keine An- und Abreisezeiten
- Kontinuierliche Betreuung
- Reduktion von Wartezeiten

Kontinuierliche Betreuung



- Kontrollmöglichkeit des Fortschrittes zwischen den physischen Terminen
 - Regelmäßige Übungserinnerungen via Apps
- Kommunikation zwischen Therapeut:in und Patient:in
(synchron vs. asynchron)

Kosteneffizienz



- Reduktion der Kosten für die Anreise
 - Reduktion der Therapiekosten
- Effiziente Ressourcennutzung (Gruppentherapie, ...)

Technologische Integration



- Fortschritt durch digitale Tools

(Bewegungssensoren, Wearables, Apps, ... -> Steigerung Qualität & Genauigkeit)

- Personalisierte Datenanalyse

(Datenanalyse & Bewegungsverfolgungssystem -> personalisierte Therapieplanerstellung)

Pandemie und gesundheitliche Krisen



- Sicherheit (COVID-19 Pandemie, ...)
 - Reduktion Ansteckungsrisiko
- Fortführung der Therapiemaßnahmen
 - Aufrechterhalten des Kontakts

Patient:innenautonomie und Motivation



- Selbständigkeit fördern

(aktivere Rolle der Patient:innen -> Steigert Motivation & Selbständigkeit)

- Fortschritte visuell verfolgen

(Motivation durch Ergebnisdarstellung)

Was sagt die Wissenschaft!?

Effektivität

- Studien zeigen, dass Telerehabilitation, insbesondere in Form von interaktiven Programmen, die Balance und Gehfähigkeit verbessern kann, insbesondere bei älteren Menschen und neurologischen Patienten (z.B. mit Schlaganfall oder Parkinson)
- Ein systematischer Review hat belegt, dass nach 4-wöchiger Telerehabilitation deutliche Verbesserungen in der motorischen Funktion zu beobachten sind.

PTJ: Physical Therapy & Rehabilitation Journal | Physical Therapy, 2021;101:1-18
DOI: 10.1053/pjrzab053
Advance access publication date February 9, 2021
Review



Effectiveness of Telerehabilitation in Physical Therapy: A Rapid Overview

Pamela Seron, PT, PhD, MSc^{1,*}, Maria-Jose Oliveros, PT, MSc¹,
Ruvistay Gutierrez-Arias, PT, MSc², Rocio Fuentes-Aspe, PT, MSc¹,
Rodrigo C. Torres-Castro, PT, MSc³, Catalina Merino-Osorio, PT, MSc⁴,
Paula Nahuelhual, PT, MSc^{5,6}, Jacqueline Inostroza, PT, MSc⁷, Yorschua Jalil, PT, MSc^{8,9},
Ricardo Solano, PT, MSc¹⁰, Gabriel N. Marzuca-Nassr, PT, PhD⁷, Raul Aguilera-Eguia, PT, MSc¹¹,
Pamela Lavados-Romo, PT, MSc¹², Francisco J. Soto-Rodriguez, PT, MSc^{13,14},
Cecilia Sabelle, PT, MSc^{15,16}, Gregory Villarroel-Silva, PT, MSc^{17,18}, Patricio Gomolan, PT, MSc¹⁹,
Sayen Huaiquilaf, PT²⁰, Paulina Sanchez, PT²¹



Systematic Review

A Systematic Review of the Effects of Interactive Telerehabilitation with Remote Monitoring and Guidance on Balance and Gait Performance in Older Adults and Individuals with Neurological Conditions

Catherine Park ^{1,*} and Beom-Chan Lee ^{2,3,*}



Schmerzlinderung & Steigerung Lebensqualität

- Metaanalyse bezüglich Wirksamkeit von Übungen per Telerehabilitation bei Menschen mit körperlichen Einschränkungen.
- Es zeigten sich signifikante Verringerung von Schmerzen und Verbesserungen in der körperlichen Funktion sowie der Lebensqualität

Effectiveness of exercises by telerehabilitation on pain, physical function and quality of life in people with physical disabilities: a systematic review of randomised controlled trials with GRADE recommendations

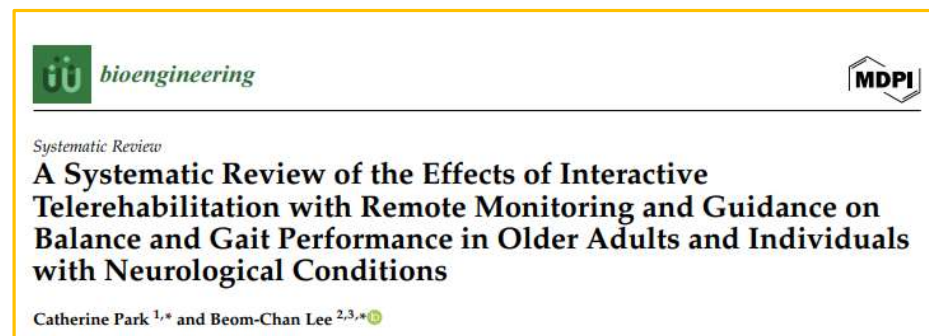
Jane Fonseca Dias,¹ Vinicius Cunha Oliveira,² Pollyana Ruggio Tristão Borges,¹
Fabiana Caetano Martins Silva Dutra,³ Marisa Cotta Mancini,¹
Renata Noce Kirkwood,¹ Renan Alves Resende ,⁴ Rosana Ferreira Sampaio⁵

Br J Sports Med., October 2020

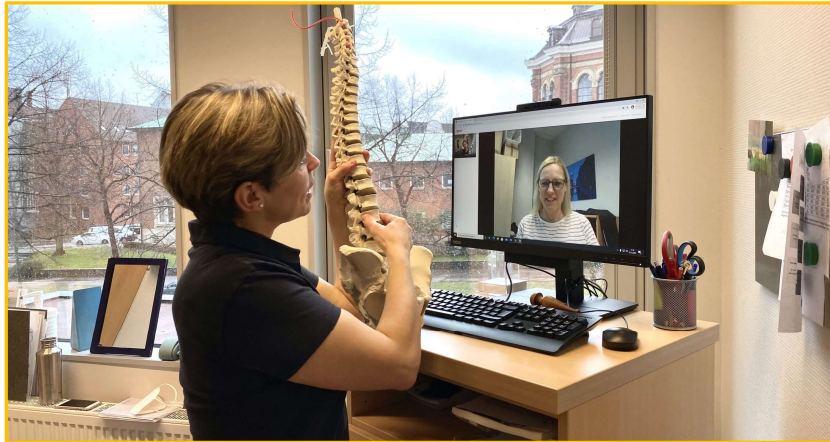


Zugänglichkeit & Motivation

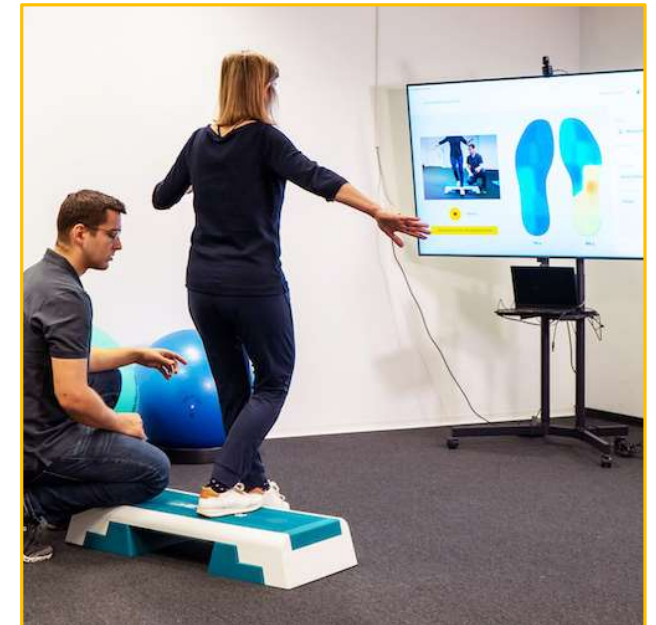
- Telerehabilitation erleichtert den Zugang zu physiotherapeutischen Diensten, insbesondere für Patienten, die geographische oder physische Barrieren überwinden müssen. Dies erhöht die Übungshäufigkeit und trägt zur besseren Einhaltung von Trainingsplänen bei.



Technologien und Tools



- Videoplattformen zur Echtzeitkommunikation
- Digitale Bewegungsverfolgungssysteme
- Wearables zur Überwachung von Vitalparametern
- Apps für Übungserinnerungen und Fortschrittsdokumentation



Herausforderungen der Telerehabilitation



- Technische Barrieren bei älteren Patient:innen
 - Eingeschränkte Hands-on-Unterstützung
 - Datenschutz und Datensicherheit
- Begrenzte Verfügbarkeit von spezialisierten Therapeut:innen

Zukunftsaussichten



- Die Telerehabilitation wird voraussichtlich weiter wachsen, unterstützt durch technologische Fortschritte.
 - Künstliche Intelligenz und Virtual Reality könnten die Therapie revolutionieren.
- Eine Kombination aus virtuellen und persönlichen Terminen könnte der neue Standard werden.

Telerehabilitation im UKH Klagenfurt am Wörthersee



DIGITALE FITNESSGERÄTE MIT ECHTZEIT-KORREKTUR



www.pixformance.com



auva.at

Station

← → ↻ 🏠 🔒 <https://new.pixformance.com/trainers/platform/club/arrangement>

PIXFORMANCE

- Benutzer
- Training
- Meine Einrichtung**
- Nachrichten
- Blog
- Support

STATIONEN HOCH- UND HERUNTERFAHREN

Es gibt 5 Stationen in dieser Einrichtung. Bitte k

[Ganzkörper-Zirkeltraining](#)

PIX-05023	Position 1
PIX-04973	Position 2
PIX-05041	Position 3
PIX-04483	Position 4
PIX-04178	Position 5

Online Plattform



App



Wie funktioniert nun die Anlage der Patient:innen und die Therapieplanerstellung?





Impressionen Training



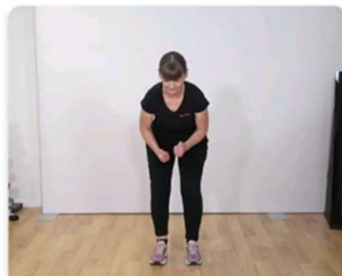
App Anwendung



Start

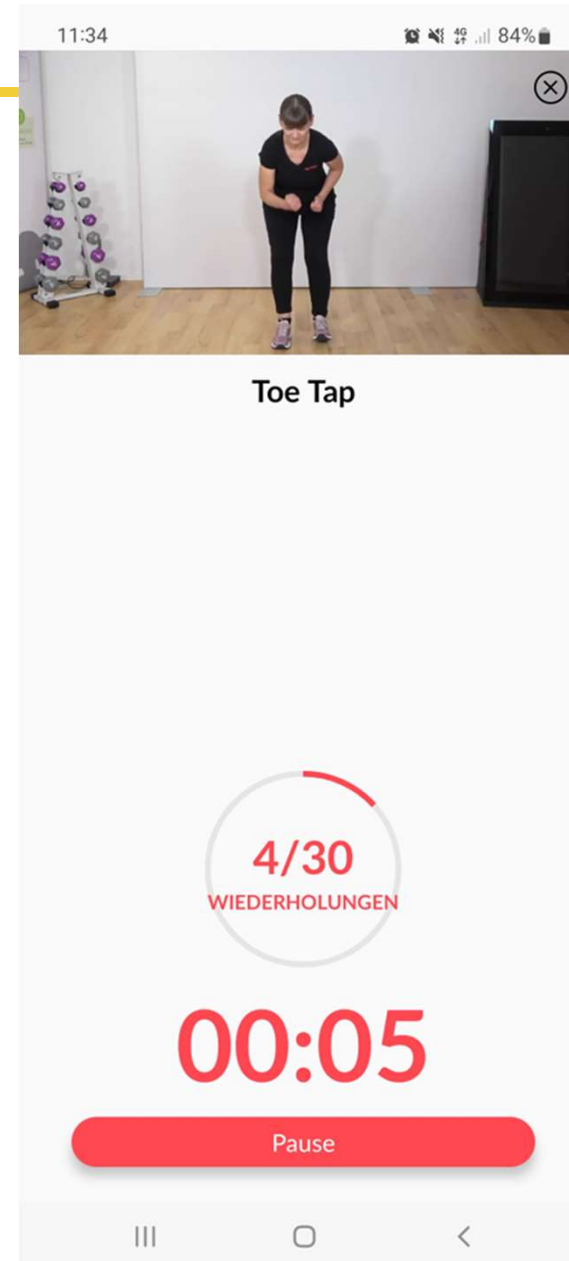
Dauer
18 Minuten

Typ
custom



Toe Tap
WIEDERHOLUNGEN
30

Balar



Toe Tap

4/30
WIEDERHOLUNGEN

00:05

Pause

Telerehabilitative Nachbehandlung nach hüftendoprothetischen Versorgungen – FAKT oder FAKE?

Patient:innenbefragung

- Wie oft haben Sie vor der Therapie Sport betrieben?

Bitte kreuzen Sie an!

1	2	3	4	5
gar nicht	selten	ein paar Mal pro Monat	1-3 Mal pro Woche	4-7 Mal pro Woche

- Wie oft nutzen Sie die „Pixformance“ vor Ort pro Woche?

Bitte kreuzen Sie an!

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- Wie oft nutzen Sie die „Pixformance-App“ pro Woche?

Bitte kreuzen Sie an!

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- Empfinden Sie die Anwendung von „Pixformance“ als unterstützend?

Bitte kreuzen Sie an!

1	2	3	4	5
Stimme überhaupt nicht zu	Stimme nicht zu	Weder Zustimmung noch Ablehnung	Stimme zu	Stimme sehr zu

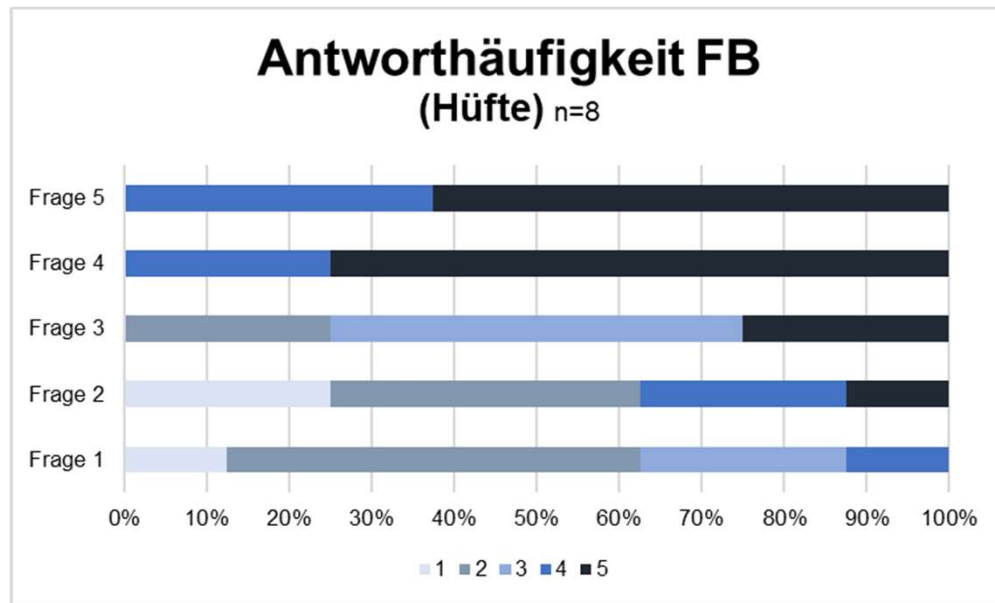
- Würden Sie die Anwendung von „Pixformance“ weiterempfehlen?

Bitte kreuzen Sie an!

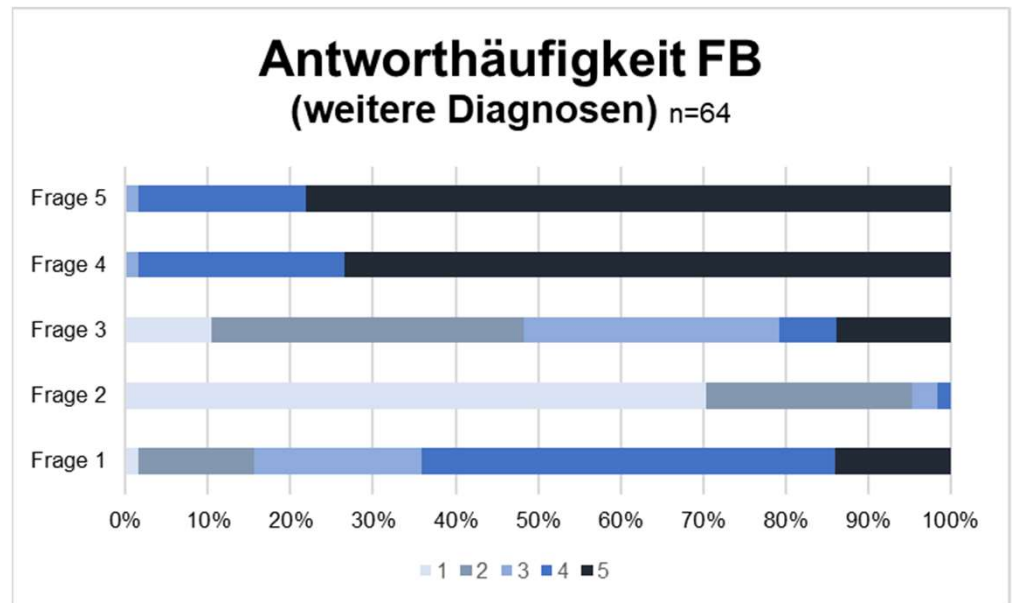
1	2	3	4	5
Stimme überhaupt nicht zu	Stimme nicht zu	Weder Zustimmung noch Ablehnung	Stimme zu	Stimme sehr zu

Ergebnisse

Patient:innenbefragung



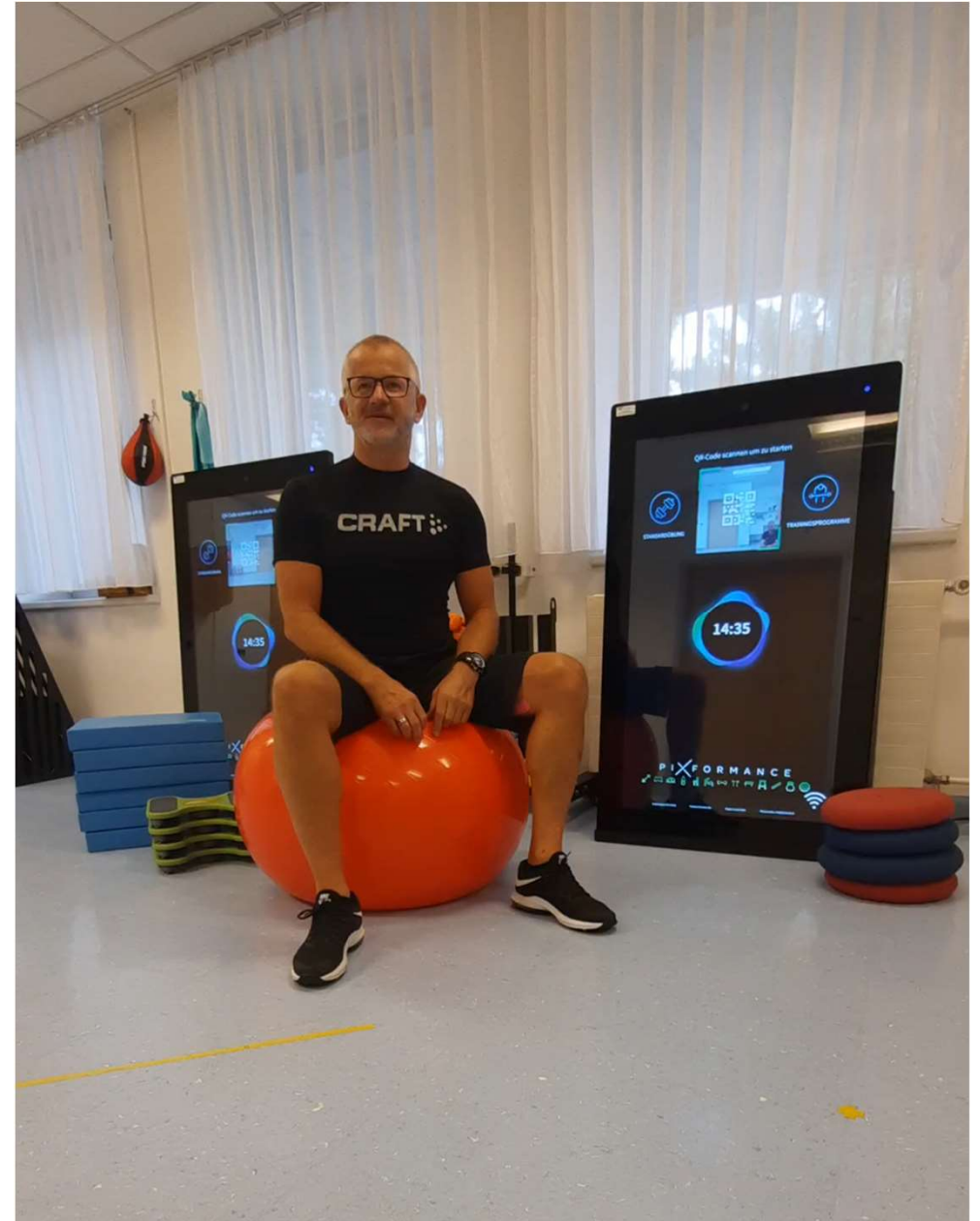
m=4; w=4; M=55,9a; SD=19a



m=34; w=30; M=45a; SD=15a

Antworten Likert-Skala	1	2	3	4	5
Frage 1	Gar nicht	Selten	Ein paar Mal pro Monat	1-3 Mal pro Woche	4-7 Mal pro Woche
Frage 2 & 3	Einmal	Zweimal	Dreimal	Viermal	Fünfmal
Frage 4 & 5	Stimme überhaupt nicht zu	Stimme nicht zu	Weder Zustimmung noch Ablehnung	Stimme zu	Stimme sehr zu

Wie empfinden Sie
die telerehabilitative Anwendung in
Ihren Therapieeinheiten?



Conclusio – Reha per Mausclick!

- Keine Angst vor neuen Medien!
- Telerehabilitation ist eine effektive Unterstützung und kein Ersatz!

Telerehabilitation bringt deine Therapie auf das nächste Level!

Recht herzlichen Dank!

