

DER AQUATRAINER IM TRAINING UND IN DER REHABILITATION

Der Aquatrainer als integrierter Bestandteil in der Rehabilitation und im Training

Die Rehabilitation, in der Humanmedizin seit langem ein fester Bestandteil der Therapie, setzte sich in den letzten Jahren mehr und mehr auch in der Tiermedizin, und dabei insbesondere bei Pferden sowie bei Hunden durch. Unter Rehabilitation wird dabei die wichtige Phase verstanden, die der medizinischen Akutversorgung folgt und die eine positive Förderung und Beschleunigung des Heilungsprozesses mit dem Ziel der Wiederherstellung des „Normalzustandes“ erbringen soll.

Um dieses Ziel zu erreichen, bedarf es optimierter Therapiekonzepte, die sich aus einer Kombination der unterschiedlichsten mit Erfolg angewandten Therapie zusammensetzt.

Neben unter anderem Wärme- und Kältetherapien, Magnetfeldbehandlungen, Lasertherapien, Akupunktur, Physiotherapie und Naturheilverfahren ist die Behandlung durch Aquajogging ein Herzstück der Rehabilitation.

Das Wassertreten (Aquajogging) ist dabei vor allem in den USA und England bereits seit längerem ein fester Bestandteil des Aufbau- und Konditionstrainings.

Durch die Bewegung im temperierten Wasser ist eine optimale Durchblutung der Extremitäten, Muskelarbeit und eine Belastungsanpassung für Sehnen und Gelenke gewährleistet.

Einen optimalen Einsatz des Aquajogging in der Rehabilitation bietet dabei der Aquatrainer.

Durch die Möglichkeit, die Laufbandgeschwindigkeit und Wasserhöhe den individuellen Bedürfnissen anzupassen, bietet der Aquatrainer die optimalen Voraussetzungen eines gezielten Therapieverlaufs. Unterstützend wirken hierbei die korrekten und korrigierbaren Bewegungsabläufe.

Der Entlastungseffekt

Bereits bei einer geringen Wasserhöhe entsteht ein Auftrieb, der Belastungen auf Gelenke und Sehnen vermindert. Die verletzte Extremität wird somit entlastet und kann sich besser regenerieren. Besonders bei Verletzungen der oberen Gelenke wird durch entsprechende Wasserhöhe eine Entlastung von ca. 60 % des eigenen Körpergewichtes geschaffen.

Der Belastungseffekt

Durch die Arbeit im Aquatrainer werden bestimmte Muskelgruppen bereits nach kurzer Trainingszeit vermehrt aktiviert und aufgebaut. Trainierte Muskeln entlasten verletzte Gelenke und Sehnen. Gleichzeitig wird jedoch der untere Bewegungsapparat durch das Aquajogging kontrolliert belastet, was zur Steigerung des Trainingseffektes führt.

Der Entspannungseffekt

Der gesamte Muskelapparat wird durch das Aquajogging einerseits deutlich entspannt und andererseits aufgebaut. Die Patienten werden aufgrund korrekter Bewegungsabläufe gefordert, nicht überfordert. Somit kann die Rekonvaleszenzphase verkürzt und die psychische Belastung gemindert werden. Es wird eine Unterstützung des gesamten Heilungsprozesses erreicht.

Der Kneipp- oder Kühleffekt

Der Aquatrainer ist weitestgehend frei temperierbar. Somit kann bei Nutzung kalten Wassers die Blutzirkulation in atrophierten Muskeln aktiviert und der Stoffwechsel angeregt werden.

Der Massageeffekt

Durch die Bewegung im Wasser und den entstehenden Whirlpool-Effekt werden die Sehnen und Gelenke massiert und die Durchblutung gefördert.

Der Aquatrainer findet seinen Einsatz insbesondere nach diversen orthopädischen Eingriffen. Ein Einsatz ist aber auch sinnvoll bei sonstigen Gelenkerkrankungen sowie übergewichtigen geriatrischen Patienten sowie im Aufbau- und Leistungstraining von beispielsweise Renn- und Distanzpferden.

Im Aquatrainer besteht die Möglichkeit, die Bewegungsabläufe des zu behandelnden Tieres unter ständiger Beobachtung zu halten, was einen erheblichen Vorteil gegenüber beispielsweise einer Behandlung in einem Schwimm-/Wasserbecken bedeutet.

Technische Übersicht:

	Länge	Breite	Höhe	Gewicht
Aquatrainer für Pferde	ca. 4,55 m	ca. 1,2 m	ca. 2,3 m	2,0 t (leer, ohne Wasser)

Während der Anwendung im Rehabilitationsbereich als auch beim täglichen Training können im Aquatrainer Belastungswerte genau überprüft, protokolliert und in Statistiken ausgewertet werden. Entsprechende Schnittstellen zur Datenverarbeitung sind vorgesehen. Dadurch kann ein optimierter Trainingserfolg gesichert werden.