

An
alle Kassen und
Sozialversicherungsträger:innen

Innsbruck, Dezember 2024

Tätigkeitsbeschreibung der Trainingstherapie (trainingstherapeutische Maßnahmen)

Sehr geehrte Damen & Herren,

wir, die Leiter der sportwissenschaftlichen Institute der österreichischen Universitäten Wien, Graz, Salzburg und Innsbruck der Studiengänge „Sportwissenschaften“ und „Bewegungswissenschaften“ mit dem Schwerpunkt „Trainingstherapie“, möchten zu den in §27 (1) MAB-G umschriebenen Tätigkeiten von Trainingstherapeut:innen (Sportwissenschaftler:innen in der Trainingstherapie) Stellung nehmen, um etwaigen Unklarheiten zum Begriff „trainingstherapeutische Maßnahmen“ vorzubeugen.

§ 27. (1) MAB-G: „Die Trainingstherapie durch Sportwissenschaftler:innen umfasst Maßnahmen zur strukturellen Verbesserung der Bewegungsabläufe und der Organsysteme mit dem Ziel, die Koordination, Kraft, Ausdauer und das Gleichgewicht durch systematisches Training, aufbauend auf der Stabilisierung der Primärerkrankung und zur ergänzenden Behandlung von Sekundärerkrankungen, zu stärken. Übergeordnetes Ziel ist die Vermeidung des Wiedereintritts von Krankheiten sowie des Entstehens von Folgekrankheiten, Maladaptationen und Chronifizierungen wie auch die Prophylaxe, einschließlich Gesundheitserziehung“.

Laut Hottenrott & Neumann (2016), wird der Begriff „Training“ im Lehrbuch Trainingswissenschaft wie folgt definiert: „Training ist ein komplexer Handlungsprozess, der auf systematischer Planung, Ausführung und Evaluation basiert und nachhaltige Ziele in den verschiedenen Anwendungsfeldern des Sports, der Prävention und Rehabilitation verfolgt“. Hofmann und Autor:innen (2009) ergänzen den komplexen Handlungsprozess des „therapeutischen Trainings“ mit dem „Ziel der planmäßigen und sachorientierten Einwirkung auf die Erkrankung, den Leistungszustand und auf die Fähigkeit zur bestmöglichen Wiedereingliederung von Patient:innen in das Alltagsleben (Rehabilitation)“.

Unter Verwendung der oben angeführten Definitionen und mit Bezug auf den gesetzlichen Rahmen, kann folgende allgemeine Regelung vorgeschlagen werden:

Trainingstherapeut:innen dürfen jede Form von Trainingsmaßnahmen, unter Verwendung von erprobten Methoden und unter Anwendung adäquater Trainingsmittel durchführen, die das Ziel verfolgen, die Krankheit, die Symptomatik, die Leistungsfähigkeit und ihre Teilkomponenten, die Lebensqualität sowie die Regeneration und die Entspannung zu verbessern, zu stabilisieren oder den erkrankungsbedingten Verlust bei chronischen Erkrankungen zu minimieren.

Entsprechend der ärztlichen Anordnung kann Trainingstherapeut:innen auch die Erhebung des Ausgangsleistungsniveaus, sowie das Monitoring der Leistungsentwicklung obliegen. Dies kann durch die Anwendung von Maßnahmen wie z.B. strukturierten Gesprächen, validierten Fragebögen, Sicht-, Tast- und gerätebasierte Befunden (z.B. Bewegungsbild beobachten, Puls palpieren, Blutdruck mit Manschette messen), leistungsdiagnostischen Verfahren und gerätebasierten Assessments (z.B. Blutentnahme aus der Kapillare zur Laktatmessung, Spiroergometrie, Belastungs-EKG, gerätebasierte Krafttest, Biofeedback, EMG, Ultraschall, Lokomat) erfolgen. In der Therapie können Trainingstherapeut:innen jede für den Einzelfall therapeutisch relevante, erprobte und erlernte Trainingsmaßnahme anwenden (inkl. dem Setzen von verbalen, akustischen, optischen und taktilen Reizen, der Verwendung von pädagogischen und edukativen Ansätzen, der Anwendung von therapeutisch sinnvollen Trainings-/Geräten oder Alltagsgegenständen, den Transfer zum/vom Trainingsgerät, stabilisieren und sichern beim Training, sowie die Einschulung in die korrekte Anwendung von Hilfsmitteln).

Dies geschieht entlang des therapeutischen Prozesses, welcher sich in drei Hauptphasen gliedert: Problemerkennung, Planung und Behandlung. In der ersten Phase wird das Problem anhand von medizinischen Diagnosen, der Krankengeschichte und detaillierten trainingstherapeutischen Diagnosemaßnahmen bewertet. In der zweiten Phase wird der Therapieplan erstellt und die Ziele festgelegt, wobei bei Bedarf digitale Hilfsmittel und teletherapeutische Maßnahmen eingesetzt werden können. In der dritten Phase geht es um die Behandlung und Bewertung, um eine effiziente Therapie auf der Grundlage der neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse. Die Fortschritte, sowie die Reaktionen der Patient:innen können dabei durch Telemonitoring überwacht werden. Die dritte Phase des therapeutischen Prozesses befasst sich mit der Beschreibung der Behandlung und der Auswertung der Therapie. In **Abbildung 1** (Seite 3) ist die Phasenübergreifende Tätigkeit in der Trainingstherapie graphisch dargestellt.

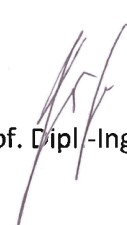
Abschließend möchten wir festhalten, dass die Trainingstherapie in vielen Behandlungsleitlinien empfohlen wird. Die Evidenz belegt den sicheren und wirksamen Einsatz von Trainingstherapie neben muskuloskelettalen Erkrankungen auch bei metabolischen Erkrankungen, psychischen Erkrankungen, Lungenerkrankungen, Herz- und Gefäßerkrankungen, neurologischen und onkologischen bzw. hämatologischen Erkrankungen. Die Umsetzung der Trainingstherapie soll zielorientiert, sinnvoll, ökonomisch, evidenzbasiert, leitlinientreu und im Einklang mit dem Gesetz erfolgen. Genau dafür - für die professionelle Umsetzung der Trainingstherapie inkl. Erhebung des Ausgangsleistungsniveaus und Monitoring der Leistungsentwicklung, ebenso wie zur Gesundheitserziehung - wurden unsere Absolvent:innen Studiengänge „Sportwissenschaften“ und „Bewegungswissenschaften“ mit dem Schwerpunkt „Trainingstherapie“ bestens ausgebildet.

Wir hoffen, dass wir zum Umfang und Inhalt der trainingstherapeutischen Maßnahmen mehr Klarheit schaffen konnten.

Mit freundlichen Grüßen,



Univ.-Prof. Dr. Hermann Schwameder, Salzburg



Univ.-Prof. Dipl.-Ing. Dr. Arnold Baca, Wien



Univ.-Prof. Dr. Martin Schmitzer, Innsbruck



Univ.-Prof. Dr. phil. Sebastian Ruit, Graz



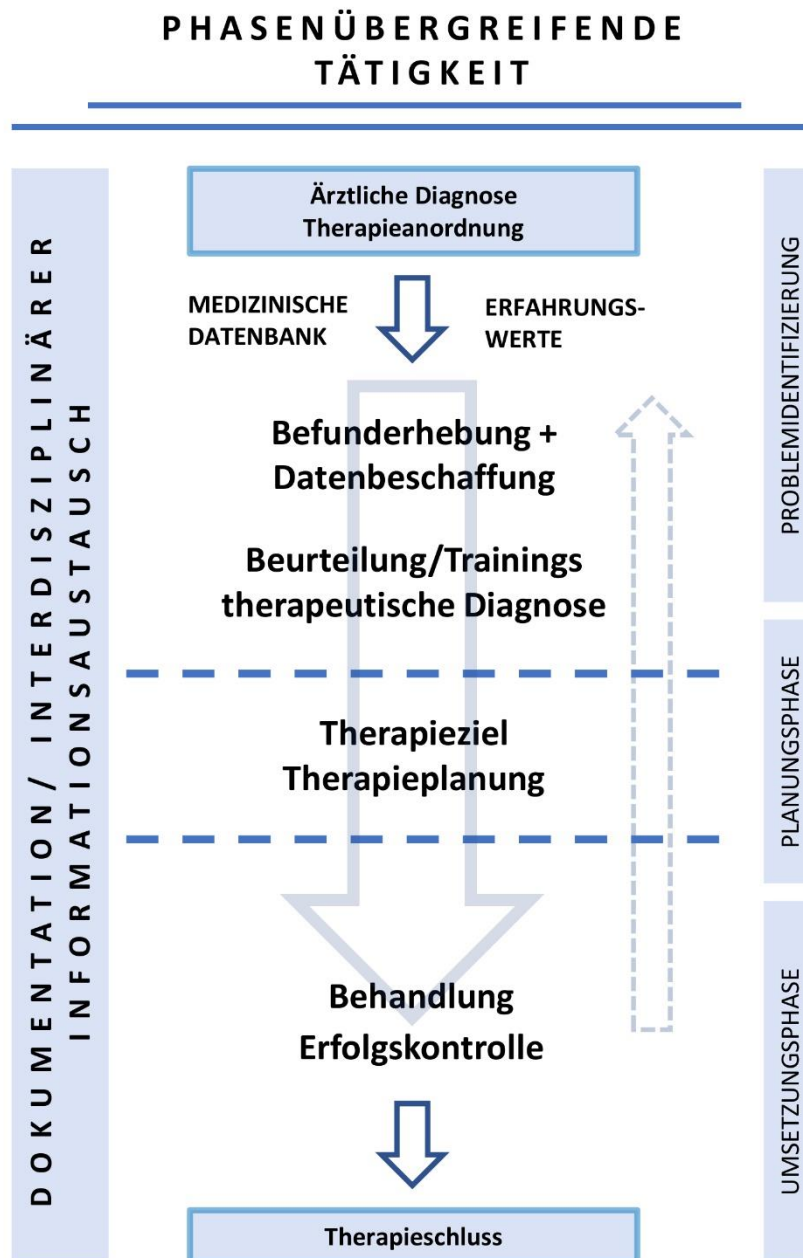


Abbildung 1 Prozessablauf in der Trainingstherapie

Im Schreiben angeführte Literaturverweise:

Hottenrott, K., & Neumann, G. (2016). Trainingswissenschaft: Ein Lehrbuch in 14 Lektionen (Vol. 7). Meyer & Meyer.

Hofmann, P., Wonisch, M., & Pokan, R. (2009). Grundprinzipien der therapeutischen Trainingslehre [Fundamental principles of therapeutic exercise science]. In R. Pokan, W. Benzer, H. Gabriel, P. Hofmann, E. Kunschitz, K. Mayr, G. Samitz, K. Schindler, & M. Wonisch (Eds.), Kompendium der kardiologischen Prävention und Rehabilitation (pp.329–351). Springer Vienna