

# Wissenswertes zur Vorbereitung auf die Gangdiagnose

## Ablauf der Gangdiagnose

Dauer 2 ½ bis 3 ½ Stunden

- Gespräch zur Krankengeschichte als Ergänzung zu Ihren Angaben auf dem Anmeldeblatt
- Sichtung und Beurteilung mitgebrachter Schuhe / Hilfsmittel / Röntgenbilder
- Gemeinsames Erarbeiten der Ziele der Ganganalyse. Damit ich Ihre Erwartungen kenne.
- Standardisierte und Symptombezogene klinische Untersuchung (Körperhaltung, Gelenkbeweglichkeit, Muskellängen, Gelenkstabilität).
- Krafttests, ev. mit Videoaufnahme
- Möglicherweise müssen Sie auf dem Laufband oder im Flur / Therapieraum länger Gehen, damit ermüdungsbedingte Gangabweichungen besser sichtbar werden.
- Markerpositionierung (Klebefunkte) und Videoaufnahme je nach Bedarf auf dem Boden und / oder auf dem Laufband. Dies barfuss und / oder mit Schuhen und ev. auch mit ihren Einlagen.
- Pedografische Aufnahme auf einer Fussdruckmessplatte zur Stand- und Abrollanalyse.
- Aufnahme mit Bewegungssensoren zur Aufzeichnung der Bewegungskurven der Gelenke. Dies nach Möglichkeit im Flur. Wenn notwendig auch draussen.
- Auswertung / Beurteilung. Hier können Sie eine **Pause** (30 bis 60 Minuten) machen, während ich die bisherigen Daten und Befunde in einen Zusammenhang mit Ihren Beschwerden bringe und eine Hypothese der Ursachen erstelle.
- Ev. benötige ich zur Bestätigung meiner Hypothese noch ergänzende klinische Tests und weitere Bewegungsanalysen bzw. EMG-Aufnahmen.
- Anschliessend erkläre ich Ihnen meine Hypothese und demonstriere Ihnen die Auffälligkeiten mit den entsprechenden Videosequenzen und Bewegungsdaten.
- Gemeinsam besprechen wir die weiteren Massnahmen. Ich zeige Ihnen zwei bis drei mögliche Übungen (Dehnung, Kräftigung, Bewegungskoordination) mit ggf. Empfehlungen für die weiterführende Therapie.
- Es kann vorkommen, dass ich für die Ausarbeitung der Hypothese mehr Zeit brauche, mich noch in die Fachliteratur vertiefen muss oder mich für eine Fallbesprechung mit anderen Gangexperten austauschen möchte. In diesem Fall besprechen wir die Ergebnisse bei einem zweiten (kostenlosen) Treffen oder telefonisch.
- Spätestens 14 Tage nach der Besprechung der Ergebnisse erhalten sie eine ausführliche, schriftliche und bebilderte Beurteilung. Hier soll auch die Hauptabweichung und die dafür verantwortliche Ursache ersichtlich sein. Hier weise ich auch auf die Therapieansätze hin, welche Sie bei mir oder in einer anderen Therapie erarbeiten können.

## Kleidung

Die Gangdiagnose basiert unter anderem auf Videoaufnahmen. Für ein gutes Erkennen auch dezenter Abweichungen ist es notwendig, dass man die Beine möglichst bis zur Hüfte und den unteren Rücken gut sehen und aufnehmen kann. Ideal ist es also, wenn Sie eine kurze, enganliegende Badehose / Unterwäsche oder alternativ eine kurze Radlerhose tragen können. Damit Sie möglichst natürlich und entspannt gehen können, müssen Sie sich unbedingt möglichst wohl fühlen.

Kleiden Sie sich für die Gangdiagnose also: **so wenig wie möglich und so viel wie nötig.**

## Mitbringen

- Ältere, aktuell häufig getragene Schuhe, bzw. Schuhe in denen die Beschwerden auftreten
- Hilfsmittel, Einlagen
- Anmeldeblatt / Patienteneinwilligung, wenn nicht schon geschickt
- Röntgenbilder

