

Seminarbeschreibung

Prävention von musculo-skeletalen Berufskrankheiten bei Gebärdensprachdolmetscher*innen

Berufsbedingte Beschwerden finden sich bei GebärdensprachdolmetscherInnen vorwiegend im Schulter- Nackenbereich, der Wirbelsäule sowie der Handgelenke und Arme. Im Rahmen der Fortbildung werden berufsbedingte Beschwerdebilder genauer analysiert und adäquate Übungen zur Behandlung vorgestellt.

Weitere inhaltliche Aspekte sind die Prävention und das ergonomische Verhalten im Beruf und Alltag. Neben dem theoretischen Wissen liegt der besondere Focus auf der praktischen Durchführung der Übungen. Es werden Bewegungsübungen mit und ohne Kleingeräten (Theraband, Pezzi-Ball usw.) als auch Massagetechniken, Dehntechniken und Entspannungstechniken nähergebracht.

- Am 1. Fortbildungstag liegen die Schwerpunkte zum einen auf der Körperstatik sowie die damit verbundenen muskulären Balance und zum anderen auf den Beschwerdebildern im Bereich der Hals-, Brust-, und Lendenwirbelsäule. Ein weiterer Eckpunkt ist ein mögliches Selbstbehandlungsmanagement bei Kopfschmerzen.
- Am 2. Fortbildungstag werden die Inhalte aus dem ersten Tag noch einmal kurz wiederholt um im weiteren Verlauf auf die Beschwerdebilder im Bereich der Schultern, Arme und Hände einzugehen.

Es sollten ein Handtuch, eine Socke, in die man zwei bis drei Tennisbälle stopfen kann und sportliche Kleidung mitgebracht werden.

Zur Person:

Benjamin Riecke, wohnhaft in Neuenrade, ist

- Diplom Physiotherapeut (FH)
- Manualtherapeut
- Sportphysiotherapeut
- Dozent im Gesundheitswesen

Im Rahmen seiner Diplomarbeit beschäftigte er sich mit berufsspezifischen Beschwerden bei GebärdensprachdolmetscherInnen. Auf dieser Grundlage entwickelte er ein Präventionsprogramm und entsprechendes Weiterbildungsangebot für GebärdensprachdolmetscherInnen.

Derzeit ist er Dozent an der „maxQ. Schule für Physiotherapie“ in Iserlohn, arbeitet als Lehrbeauftragter an der Hochschule Niederrhein (Krefeld) im Studiengang der Therapiewissenschaft und ist klinisch bei der „Märkischen Reha-Klinik“ in Lüdenscheid tätig. Des Weiteren hielt er Lehrveranstaltungen an der Hochschule für Gesundheit (Bochum) im Themengebiet „Ambulante Versorgung bei Rückenschmerzpatienten“.

Er ist Mitglied der „Deutschen Fachgruppe für Orthopädische Manuelle/ Manipulative Therapie“ (DFOMT e.V.) sowie der „Deutschen Gesellschaft für Physiotherapiewissenschaft“ (DGPTW).