

Rezension in der Zeitschrift „ekz.bibliotheksservice“ 1/2025

Wittelsberger, Rita:

Hausaufgaben für Patienten mit rheumatischen Erkrankungen : Übungen und Hilfestellungen für Betroffene / Rita Wittelsberger [und 6 andere]. - Schorndorf : Hofmann, [2024]. - 128 Seiten : Illustrationen, farbig ; 24 cm. - (Hausaufgaben für Patienten ; Band 14)

ISBN 978-3-7780-1540-7 Broschur : EUR 19.90

Im 14. Band der Reihe "Hausaufgaben für Patienten" gibt das Autorenteam aus Physiotherapie, Rheuma- und Sporttherapie kompakte Tipps für Betroffene, um Beweglichkeit zu erhalten und zu fördern. Zur Einführung eine Systematisierung der verschiedenen rheumatischen Erkrankungen in vier große Cluster mit Angaben zu typischen Symptomen, Ursachen und Behandlungsformen. Die Bewegungsprogramme sind dann abgestimmt auf die unterschiedlichen Großgruppen rheumatischer Krankheitsbilder mit Hinweisen zu Übungshäufigkeit und Intensität sowie Kontraindikationen. Checklisten, Fallbeispiele und Tipps für Selbsthilfe-Initiativen bieten erste Orientierung, um einen Plan für das eigene Aktivitätsprogramm zu entwickeln. Schwerpunkt des Ratgebers sind die Bewegungsübungen mit Fotoanleitungen, Beschreibungen für die Akutphase, Basisübungen, Aufbauübungen, Faszientraining und Gerätetraining, auch Dehn- und Entspannungsübungen werden beschrieben. | Übersichtlich, kompakt, informativ. Gern empfohlen ergänzend zu V. Fröhlich (ID-A 40/21) und dem breiter angelegten Ratgeber "Gemeinsam gegen Rheuma" (ID-A 50/20). (2)

Inge Emskötter