

## Koordinationstraining in der Rehabilitation

# Der SNAIX-Standtrainer

Wissenschaftlich begründet gewinnt in den letzten Jahren eine an den krankheitsbedingten Anforderungen orientierte medizinische Trainingstherapie an Bedeutung. Neben Laufbandtherapie und Gerätetraining stellt das propriozeptiv-koordinative Training mit dem SNAIX-Standtrainer eine Variante dar, mit dem auch die Schulung von Ausdauerereigenschaften möglich ist. Ursprünglich wurde der Standtrainer in der Medica-Klinik in Leipzig im Orthopädie- und Leistungssportbereich eingesetzt. Zunehmend wurde die Erfahrung gemacht, dass auch ausgewählte neurologische Patienten davon profitieren können.

Das Besondere beim SNAIX-Standtrainer ist ein Gelenk in der Mitte zwischen Vorder- und Hinterachse (Abb. 1), das beim Kurvenfahren nach links oder rechts geknickt wird. Durch diese spezielle Konstruktion wird der koordinative Einsatz von zentralem Nervensystem, Hüfte, Rücken- und Bauchmuskulatur benötigt, um das Hinterrad des Snaix Fitnessrades auf der Rolle möglichst weit im Kreuzgang-Muster nach links und rechts zu bewegen: Tritt auf das linke Pedal – Rad geht in die Linkskurve, Tritt auf das rechte Pedal – Rad geht in die Rechtskurve. Beim Training werden nicht nur die konditionellen Fähigkeiten (Kraft und Ausdauer) gefördert, sondern auch der Gleichgewichtssinn, Bewegungs- und Rumpfkontrolle und das Rhythmusempfinden geschult. Es entsteht dabei eine sehr komplexe Bewegungsanforderung: Eine immer wieder wechselseitige aktiv-dynamische Gegendrehung des Rump-

fes, die in Zusammenarbeit mit der Hüft- und Beinmuskulatur initiiert wird. SNAIX-Training involviert dabei das ganze Nervensystem und optimiert Koordination, Konzentrationsfähigkeit, Reaktionsschnelligkeit, Balance, Trittsicherheit und psychomotorische Leistung.

### Indikationen

Snaix-Training stabilisiert die Wirbelsäule und therapiert Rückenprobleme durch hohe rechts-links Frequenz des »Schrägsystems« (tiefliegen-



Abb. 1: Der SNAIX-Standtrainer – ein »Knicklenker«

de Muskeln im Rücken). Daneben steigert es die Ausdauerleistung durch Optimierung aller Bewegungsabläufe und entspannt die langen Rückenmuskulaturen – hilfreich bei Schmerzen und Problemen, die durch Muskelverspannungen verursacht werden.

Im neurologischen Bereich beziehen sich die positiven Erfahrungen im Wesentlichen auf folgende Krankheitsbilder

- Hemiplegie
- Inkomplette Querschnittssymptomatik
- Multiple Sklerose
- Tumorpatienten mit neurologischen Ausfallerscheinungen

Sicherlich sind auch weitere neurologische Erkrankungen mit dem SNAIX-Standtrainer zu behandeln.

### Fazit

Das SNAIX-Training ist eine Therapieform, die aus einem einfachen Ausdauertraining eine komplexe und effiziente Übungsaufgabe realisiert und zusätzlich Spaß bereitet. Der SNAIX-Standtrainer kann keine neurologischen Standard-Therapien ersetzen. Er bietet aber eine wirkungsvolle Bereicherung oder Alternative für den gewünschten Therapie- und Trainingsalltag.

| D. Fernholz |

Herstellerinfo: Snike Sport GmbH  
Ludwigstr. 57, D-70176 Stuttgart  
Tel.: 0711/256 97 23  
E-Mail: info@snike.com  
Internet: www.snaix.com

www.medworld.de

## Aggrenox® mit neuem Auftritt online

Ab sofort ist im Fachkreisbereich [www.medworld.de](http://www.medworld.de) ein neues, umfangreiches Informationsangebot zum Thema Schlaganfall, Sekundärprävention und zum Produkt Aggrenox® abrufbar. Neben Basisinformationen zum ischämischen Schlaganfall und der transitorischen ischämischen Attacke (TIA) finden Mitglieder medizinischer Fachkreise auch Studien, Fortbildungsmodule, Fachinformationen, Darreichungsformen und Packungsgrößen sowie die Produkteigenschaften. Ein Serviceangebot mit Bestellmöglichkeit von Leitlinien und Broschüren, Materialien zum Download, neue Vortragscharts zu unterschiedlichen Themen sowie ein spezieller Bereich für die Presse runden den Auftritt ab.

## Schlaganfall-Sekundärprävention Neue Ergebnisse der ESPRIT-Studie

Die neuesten, in der Februar 2007-Ausgabe von Lancet Neurology veröffentlichten Ergebnisse aus der ESPRIT-Studie bestätigen, dass die Kombination von Dipyridamol plus ASS (Aggrenox®) die Behandlung der Wahl zur sekundären Schlaganfallprävention bei Patienten mit Schlaganfall arterieller Ursache ist. Die Kombinationsbehandlung zeigte eine 24%ige Senkung des relativen Risikos des primären Outcome-Ereignisses (jedweder vaskulärer Tod, nicht-tödlicher Schlaganfall, nicht-tödlicher Herzinfarkt oder schwere Blutungskomplikation) im Vergleich zu einer mittelgradig intensiven Antikoagulationstherapie<sup>1</sup>. Bereits frühere Ergebnisse der ESPRIT-Studie zeigten eine um 20% erhöhte Wirksamkeit einer Kombinationstherapie mit Dipyridamol plus ASS gegenüber der ASS-Monotherapie<sup>2</sup>.

Die mit Dipyridamol plus ASS behandelten Patienten in der ESPRIT-Studie zeigten wesentlich weniger Blutungskomplikationen als die mit Antikoagulantien behandelten Patienten. Bei diesen wurden alle potentiellen Vorteile hinsichtlich der Prävention von ischämischen Ereignissen vollständig durch ein Übermass an schweren Blutungskomplikationen aufgehoben.

<sup>1</sup>The ESPRIT Study Group. Lancet Neurology 2007; 6: 115–124

<sup>2</sup>The ESPRIT Study Group. The Lancet 2006; 367: 1665–73

Der SNAIX Standtrainer erfordert die **aktive Mobilisation** der Wirbelsäule

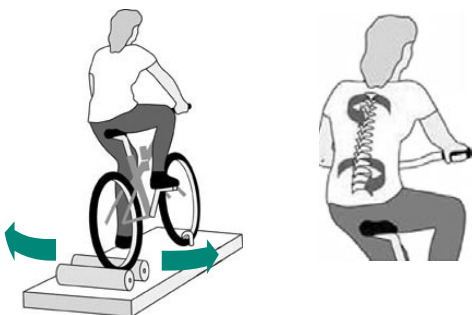


Abb. 2: Training der neuronalen Steuerung (Propriozeption) und der Multifidii – die neurologisch-orthopädische Therapiehilfe