



Wirksamkeit, Zweckmässigkeit  
und Wirtschaftlichkeit der  
Forced-Use-Intensivtherapie  
nach Utley/Woll®

## **INHALT**

### **Die Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll® im Überblick**

Was ist die Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll®?

Was ist das Ziel der Therapie?

Für wen ist die Therapie geeignet?

Wer darf die Therapie durchführen?

Ab welchem Zeitpunkt soll intensiv ambulant therapiert werden?

Wie lange dauert ein Therapieblock?

Wie geht es nach der Forced-Use-Intensivtherapie weiter?

Für wen ist die Therapie nicht geeignet?

### **Wirksamkeit, Zweckmässigkeit und Wirtschaftlichkeit der Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll®**

Wie wirksam ist die Therapie?

Wie zweckmässig ist die Therapie?

Wie wirtschaftlich ist die Therapie?

### **Zum Schluss**

## Überblick

### Was ist die Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll®?

Die Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll® ist eine intensive ambulante Therapie zur Rehabilitation von Menschen mit einer motorischen Störung, hervorgerufen durch eine Hirnverletzung aufgrund eines Schlaganfalls, ein Schädel-Hirn-Trauma oder eine Cerebralparese. Die Therapie gründet auf den Theorien der Neuroplastizität des Gehirns und auf seiner Fähigkeit zur strukturellen und funktionellen Reorganisation. Demnach können verloren gegangene Fähigkeiten über individualisiertes und intensives Training wiedererlangt werden. Die Wirksamkeit der Forced-Use-Intensivtherapie wurde in zahlreichen Studien belegt. Aus verschiedenen Gründen ist diese Behandlung den herkömmlichen Therapien nachweislich überlegen.

### Was ist das Ziel der Therapie?

Die Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll® arbeitet systematisch darauf hin, die motorisch betroffene Seite zu fördern und gleichzeitig Überkompensation durch die nicht oder weniger betroffene Seite zu vermeiden. Die Therapie ist charakterisiert durch die Intensität der Übungen über einen konzentrierten Zeitraum hinweg. Dazu werden die einzelnen Bewegungen hochrepetitiv durchgeführt<sup>1</sup> und orientieren sich am individuellen Alltag des Patienten. Weil die Intensivtherapie ambulant durchgeführt wird, kann der Patient die (wieder-)erlernten Schritte unmittelbar in seiner gewohnten Lebensumgebung einsetzen und perfektionieren. All dies begünstigt die Reorganisation in den geschädigten Hirnarealen und damit das Wiedererlangen der verloren gegangenen motorischen Funktion.

- 1) Eine intensive und stark repetitive Therapie über mehrere Stunden ist für die Rekrutierung von Gruppen von Motoneuronen mit höheren Schwellenwerten sehr wichtig. Es wird angenommen, dass 300 bis 400 Wiederholungen in jeder Übungssitzung erforderlich sind, um diese Rekrutierung durchzuführen und somit die motorischen Funktionen wieder herzustellen. Das für den entscheidenden Fortschritt notwendige, erwähnte Training über einen längeren Zeitraum ist bei anderen ambulanten Therapien von 45-minütiger Dauer nicht möglich.

### Für wen ist die Therapie geeignet?

Die Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll® eignet sich für die meisten Personen mit einer Hirnverletzung nach cerebrovaskulären Ereignissen wie Schlaganfall, Hirnblutung, Schädel-Hirn-Trauma und Cerebralparese. Der Schweregrad der Schädigung und das Alter des Patienten spielen oft eine untergeordnete Rolle.

### Wer darf diese Therapie durchführen?

Die Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll® darf nur von einer Therapeutin oder einem Therapeuten mit einer abgeschlossenen Ausbildung als «Forced Use Clinical Specialist» praktiziert werden. Die Ausbildung ist von der International Forced Use Specialist Association «IFUSA» (Internationaler Verband für Forced-Use-Spezialisten) anerkannt. Der Lehrplan der Ausbildung und sein Inhalt sind mit dem eduQua-Label ausgezeichnet.

### **Ab welchem Zeitpunkt kann intensiv ambulant therapiert werden?**

Die zeitliche Distanz zum Ereignis hat keinen dominanten Einfluss auf die Fähigkeit des Gehirns, motorische Fertigkeiten wiederzuerlangen. Dennoch liegt der optimale Zeitpunkt für den Beginn einer intensiven ambulanten Rehabilitation optimalerweise möglichst nahe am Ereignis. Zum Beispiel kann damit begonnen werden, sobald der Patient medizinisch stabil ist und nach Hause zurückkehren konnte.

Selbstverständlich ist die Therapie auch nach einer bereits erfolgten stationären Rehabilitation angezeigt.

Bei Personen mit infantiler Cerebralparese beispielsweise können sich die motorischen Funktionen über eine Forced-Use-Intensivtherapie selbst Jahre nach der Hirnverletzung verbessern.

### **Wie lange dauert ein Therapieblock?**

Ein Therapieblock besteht im Normalfall aus 60 Stunden (à 60 Minuten; eine Therapiestunde entspricht 45 Minuten), die in der Regel folgendermassen verteilt sind:

- 10 Therapietage à 6 Stunden oder
- 15 Therapietage à 4 Stunden

Bei beiden Varianten folgen auf 5 Tage Therapie jeweils 2 Tage Pause.

### **Wie geht es nach der Forced-Use-Intensivtherapie weiter?**

Die meisten Patienten werden danach im Rahmen von wöchentlichen Therapien weiterbehandelt. Sie erhalten «Hausaufgaben», halten ihre Fortschritte und Befindlichkeiten in einem Tagebuch fest und füllen (gemeinsam mit der Therapeutin) regelmässig den Fragebogen «MAL» (Motor Activity Log) aus, der ein wichtiges Instrument zur Abschätzung des Transfers wiedererlernter Bewegungsabläufe in den Alltag ist.

Mit ausserhalb des Kantons Zürich oder im Ausland lebenden Patienten führen wir ein Coaching-Programm durch. Es hat zum Ziel, die Ausführung der vereinbarten Aktivitäten und Übungen qualitativ zu kontrollieren und die Motivation des Patienten aufrechtzuerhalten. Die Vielfalt der modernen Kommunikation erlaubt den an die Bedürfnisse des Patienten angepassten Austausch (Telefon, FaceTime, WhatsApp etc.).

### **Für wen ist die Forced-Use-Intensivtherapie nicht geeignet?**

Wesentlich für den Erfolg der Forced-Use-Intensivtherapie ist, dass der Patient die Therapie versteht und daran aktiv teilnehmen kann. Deshalb ist die Therapie für an Demenz erkrankte Personen im fortgeschrittenen Stadium nicht geeignet. Bei Personen mit bedeutenden kognitiven Einschränkungen nach einer schweren Hirnverletzung passen wir den Therapieplan entsprechend an.

## Wirksamkeit, Zweckmässigkeit und Wirtschaftlichkeit (WZW) der Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll®

### Wie wirksam ist die Therapie?

#### Kurz:

- Durch die tagesambulante, intensive Blocktherapie und die hochrepetitiven Übungen erzielt der Patient rascher Fortschritte als bei anderen (ambulanten) Therapien.
- Video-Dokumentationen veranschaulichen die Entwicklung des Patienten. Der Erfolg wird sichtbar, was sich auf die Motivation des Patienten positiv auswirkt.
- Während der darauffolgenden wöchentlichen Therapien setzen wir wirksame Instrumente zur Begleitung, Kontrolle und Motivation des Patienten ein, wie beispielsweise das Transfer Package.
- Follow-up-Tests belegen, dass der positive Effekt der Forced-Use-Intensivtherapie auch Monate später noch anhält.

### In vielerlei Hinsicht intensiv

Die Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll® ist eine tagesambulante, motorische Rehabilitationsmassnahme. **In Bezug auf die Intensität sind drei Merkmale charakteristisch:**

- Die Therapie findet in einem Block (oder mehreren Blöcken) von in der Regel jeweils 10 Tagen à 6 Stunden statt, wobei auf die ersten 5 Tage eine 2-tägige Pause folgt (Rhythmus 5/2/5).
- Die Therapie wird über einen konzentrierten Zeitraum hinweg durchgeführt. Die einzelnen Bewegungsabläufe werden hochrepetitiv eingeübt.
- 

Damit ist die Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll® deutlich konzentrierter als eine herkömmliche ambulante Therapie oder als eine stationäre Rehabilitation, bei der der Patient an den Therapietagen vielfach nur zu einem vergleichsweise kleinen Anteil von individualisierten Therapien profitieren kann.

*«Die Erfahrung und auch klinische Studien wie z. B. die EXCITE-Studie zeigen, wie ein hochintensives Training über kurze Zeit zu einer nachhaltigen Besserung führen kann. Solche Besserungen, die man in kurzer Zeit erreicht, sind dann leichter in den Alltag zu transferieren und damit auch besser zu erhalten.» Prof. Dr. med. A. Luft*

### **Therapeutisch wie dokumentarisch bestens begleitet**

Die Therapie hat den Vorteil, dass erreichte Fortschritte leichter gefestigt und die wiedererlangten Funktionen schneller automatisiert werden können. Diese Fortschritte werden nicht nur schriftlich dokumentiert, sondern mittels Videosequenzen festgehalten. Dieses Vorgehen dient dazu, das Behandlungsprogramm zu definieren, es ggf. anzupassen und im Laufe der Zeit weiterzuentwickeln. Zudem lässt sich der Therapieerfolg bildhaft veranschaulichen, denn auch für die meisten Patienten ist nichts so motivierend wie der sichtbare Erfolg.

### **Mit erfolgversprechenden Instrumenten in die anschliessende wöchentliche Therapie**

Nach dem Ende des intensiven Therapieblocks ist der Weg der Rehabilitation für den Patienten nicht vorbei. Damit er die in den wöchentlichen Therapien neu erlernten motorischen Fähigkeiten gezielt festigen und weiterentwickeln kann, setzen wir eine Reihe von unterstützenden Instrumenten ein. Dazu gehört das Transfer Package, das einen Behavioral Contract (Verhaltensvertrag), ein Tagebuch (wichtig zur Stärkung der Eigenverantwortung und zur Dokumentation der eigenen Befindlichkeit) sowie den MAL (MAL - Motor Activity Log) und die regelmässigen Kontakte (über Telefon, Skype etc.) beinhaltet.

### **Wie zweckmässig ist die Therapie?**

#### **Kurz:**

- Das kontextspezifische Training orientiert sich an den Alltagszielen des Patienten. Durch die Lage der VIVO Neurorehab (unmittelbare Nähe zu ÖV, Einkaufsmöglichkeiten, Naherholungsgebiet) lassen sich sehr spezifische und authentische Situationen trainieren.
- Tagesfortschritte können vom Patienten noch am selben Tag im gewohnten Lebensumfeld umgesetzt und vertieft werden. Die Möglichkeit, den Lernerfolg aus jedem Therapietag sofort in das eigene Lebensumfeld zu transferieren, festigt das Gelernte und motiviert den Patienten zusätzlich, an seinen Fortschritten weiterzuarbeiten.
- Die ambulante Rehabilitation ermöglicht es dem nahen sozialen Umfeld, sich vielfältig einzubringen und damit den Heilungsprozess des Patienten zu unterstützen.

### **Effizienter Lerntransfer in den Alltag**

Die Neurorehabilitation hat bei uns immer den Anspruch, dass der Patient seine Handlungsfähigkeit in beruflichen, persönlichen und sozialen Lebensbereichen so rasch wie möglich zurückerlangt. Die Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll® mit ihrem starken Alltagsbezug unterstützt dieses Ziel in vielerlei Hinsicht, insbesondere aber, indem der Patient Tagesfortschritte unmittelbar im gewohnten Umfeld umsetzen kann. Dies führt zu Erfolgserlebnissen, die den Verlauf der Rehabilitation massgeblich begünstigen können.

### **Überdurchschnittlicher Nutzen von kontextspezifischem Training**

Je nach Nähe zum Lebensmittelpunkt des Patienten können einzelne Behandlungssequenzen, -tage oder ganze Behandlungsblöcke bei ihm zu Hause stattfinden, aber auch am Arbeitsplatz oder in anderen ihm bekannten Umgebungen. Gerade das kontextspezifische Training im authentischen Lebensumfeld hat für die Rehabilitation einen überdurchschnittlichen Nutzen.

Die Zentrumsnähe der VIVO Neurorehab ermöglicht zudem, im öffentlichen Bereich (Einkauf im Supermarkt, Busfahren, Radfahren, Treppensteigen etc.) Situationen zu trainieren, die dem Alltagsleben entsprechen.

### **Das soziale Umfeld als wichtiger Motor im Rehabilitationsprozess**

Neben der medizinischen Betreuung und den therapeutischen Methoden spielt im Genesungsprozess auch das soziale Umfeld - wie die Familie und der Freundeskreis - eine wichtige Rolle. Angehörige können sich vielfältig einbringen, indem sie unterstützend und motivierend einwirken oder einfach nur für den Betroffenen da sind. Die ambulante Rehabilitation ermöglicht es, das Umfeld der betroffenen Person besser in den Heilungsprozess einzubinden.

### **Wie wirtschaftlich ist die Therapie?**

#### **Kurz:**

- Bei der ambulanten Therapie fallen jene Zusatzkosten weg, die sich bei einem stationären Aufenthalt ergeben würden, beispielsweise für die therapiefreien Wochenenden (Betreuung, Unterkunft und Verpflegung. Als Folge fließt praktisch jeder Franken dorthin, wo er hingehört: in die Therapie selbst.
- Dank der effizienten Behandlungsmethode können weitere Leistungen rascher reduziert werden, zum Beispiel Kosten für Spitex-Leistungen.

Wie bei anderen ambulanten Therapien fallen die üblichen zusätzlichen Kosten eines stationären Aufenthaltes, wie etwa therapiefreie Aufenthaltstage an Wochenenden oder Kosten für die Verpflegung und die Betreuung, weg.

Bei der ambulanten Forced-Use-Intensivtherapie nach Utley/Woll® ist das ganze Training jederzeit exakt am Patienten und an den zuvor gemeinsam festgelegten Zielen ausgerichtet. Die Therapiesitzungen sind Einzeltrainings und die Übungen sind in jeder Phase der Therapie stark personalisiert. Die Intensität der Therapie ermöglicht in vergleichsweise kurzer Zeit nennenswerte Fortschritte, wodurch Ziele wie das Erlangen der eigenen Selbstständigkeit oder die berufliche Wiedereingliederung rascher erreicht werden.

Weil dank der Therapie auch Folgekosten, beispielsweise durch öffentliche und private Spitex-Leistungen, früher reduziert werden können, ergibt sich im Allgemeinen ein ausgezeichnetes Kosten-Nutzen-Verhältnis.

## **Zum Schluss**

Die Ausgangslage einer Neurorehabilitation ist etwa dieselbe wie bei einem grossen, auseinandergefallenen Puzzle. Es gilt, die richtigen Teile Stück für Stück wieder aneinanderzufügen, um von einem bestimmten Ausgangspunkt zu einem möglichst Ganzen zu kommen. Im Fall der Neurorehabilitation bedeutet das, den Betroffenen in eine bestmögliche Selbstständigkeit zu führen.

Aus unserer therapeutischen Erfahrung und aus zahlreichen Gesprächen mit Betroffenen und Angehörigen wissen wir, wie wichtig es für den Patienten ist, sich während seiner Rehabilitation wohlfühlen. Eine gewohnte Umgebung und die Zuwendung von nahe stehenden Personen vermitteln dem Patienten Sicherheit und motivieren ihn, an seiner Genesung aktiv mitzuarbeiten.

Wir bieten unseren Patienten in der VIVO Neurorehab eine persönliche Atmosphäre, in der sie immer mit derselben Therapeutin zusammenarbeiten. Damit stellen wir sicher, dass die Therapeutin ein durchgehendes Gesamtbild des Patienten aus eigenem Beobachten und Erleben erhält und sie die Therapie effizient durchführen kann. Wir behandeln unsere Patienten in grosszügigen, rollstuhlgängigen Praxisräumen. Weiter verfügen wir über ein eigenes Fitness-Center für die medizinische Trainingstherapie, ein Schwimmbassin, eine Trainingsküche, ein Trainingsbad sowie über zahlreiche weitere Trainingsmöglichkeiten im und ums Haus.

Katarina Cobbaert-Hedlund

Physiotherapeutin, Forced Use Clinical Specialist

Geschäftsführerin Cobbaert + Cobbaert AG