

## **Entwicklung und Überprüfung eines Bewegungsvorstellungstrainings in der Rehabilitation nach Schlaganfall**

Nils Henrik Pixa<sup>1,2</sup>, Claudia Voelcker-Rehage<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Medical School Berlin, AB Gerontopsychologie, <sup>2</sup>Universität Münster, Institut für Sportwissenschaft

Jährlich erleiden ca. 270.000 Menschen in Deutschland einen Schlaganfall. Trotz relevanter Entwicklungen in der Akutbehandlung und Anschlusstherapie erholt sich nur ein geringer Teil der Rehabilitand:innen zufriedenstellend. Dies ist ein Hauptgrund für Langzeitbehinderung mit entsprechend gravierenden persönlichen und gesundheitsökonomischen Konsequenzen. In Folge dessen gewinnt der Erhalt und die Wiederherstellung von Alltags- und Arbeitsfähigkeit auch aufgrund veränderter Altersstrukturen und steigendem Renteneintrittsalter immer mehr an Bedeutung. Wenngleich das biologische Alter ein Hauptmoderator der Schlaganfall-Prävalenz darstellt sind zudem immer mehr jüngere Menschen im erwerbstätigen Alter betroffen. Diese Umstände erfordern neue und vor allem eigenständig umsetzbare Rehabilitationsansätze, die bereits während der (teil-)stationären Rehabilitation nach einem Schlaganfall implementiert werden und greifen.

Mentales Training im Sinne eines Bewegungsvorstellungstraining (BVT) gilt als solch eine innovative motorisch-kognitiv orientierte Therapiestrategie. Der aus dem Leistungssport kommende Trainingsansatz hat sich als effektive Ergänzung in der motorischen Rehabilitation nach Schlaganfall erwiesen und ist in den aktuellen S3-Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für Neurorehabilitation (DGNR) implementiert. Neben positiven Effekten auf die Motorik kann einmal erlerntes, selbständiges BVT auch subjektive schlaganfallbezogene Faktoren, wie u.a. die Stärke der wahrgenommenen Schlaganfallfolgen, gesundheitsbezogene Selbstwirksamkeit und die Arbeitsfähigkeit, positiv beeinflussen und somit zum psychischen Wohlbefinden beitragen.

Ziel der Studie ist es daher, der Forschungsfrage nachzugehen, ob das Erlernen und eigenständige Ausüben eines BVT während der (teil-)stationären Rehabilitation einen Einfluss auf objektive motorische Fähigkeiten und subjektive gesundheitsbezogene Faktoren bei rehabilitierenden Schlaganfallpatient:innen der Phase D hat. Hierfür wurden im Zeitraum April 2023 bis November 2024 Patient:innen mit zentralmotorischen Einschränkungen der oberen Extremitäten und als Phase-D kategorisiert untersucht. Das BVT und die Datenerhebung erfolgte in der Rehabilitationsklinik MediClin Hedon Klinik Lingen (Ems).

Im Vortrag wird die Methode des BVT in der Schlaganfallrehabilitation sowie vorläufige Ergebnisse der aktuellen Studie vorgestellt und mit den Teilnehmenden diskutiert.

### **Kooperationspartner**

MediClin Hedon Klinik Lingen (Ems) – Dr. med. M. Annas (Chefarzt Neurologische Rehabilitation)  
Gefördert mit Mitteln des DRV Bund

### **Kontakt**

Dr. Nils H. Pixa, Medical School Berlin, AB Gerontopsychologie E-Mail: [nils.pixa@medicalschool-berlin.de](mailto:nils.pixa@medicalschool-berlin.de)