

# Quick Reference Card 1. Anamnese

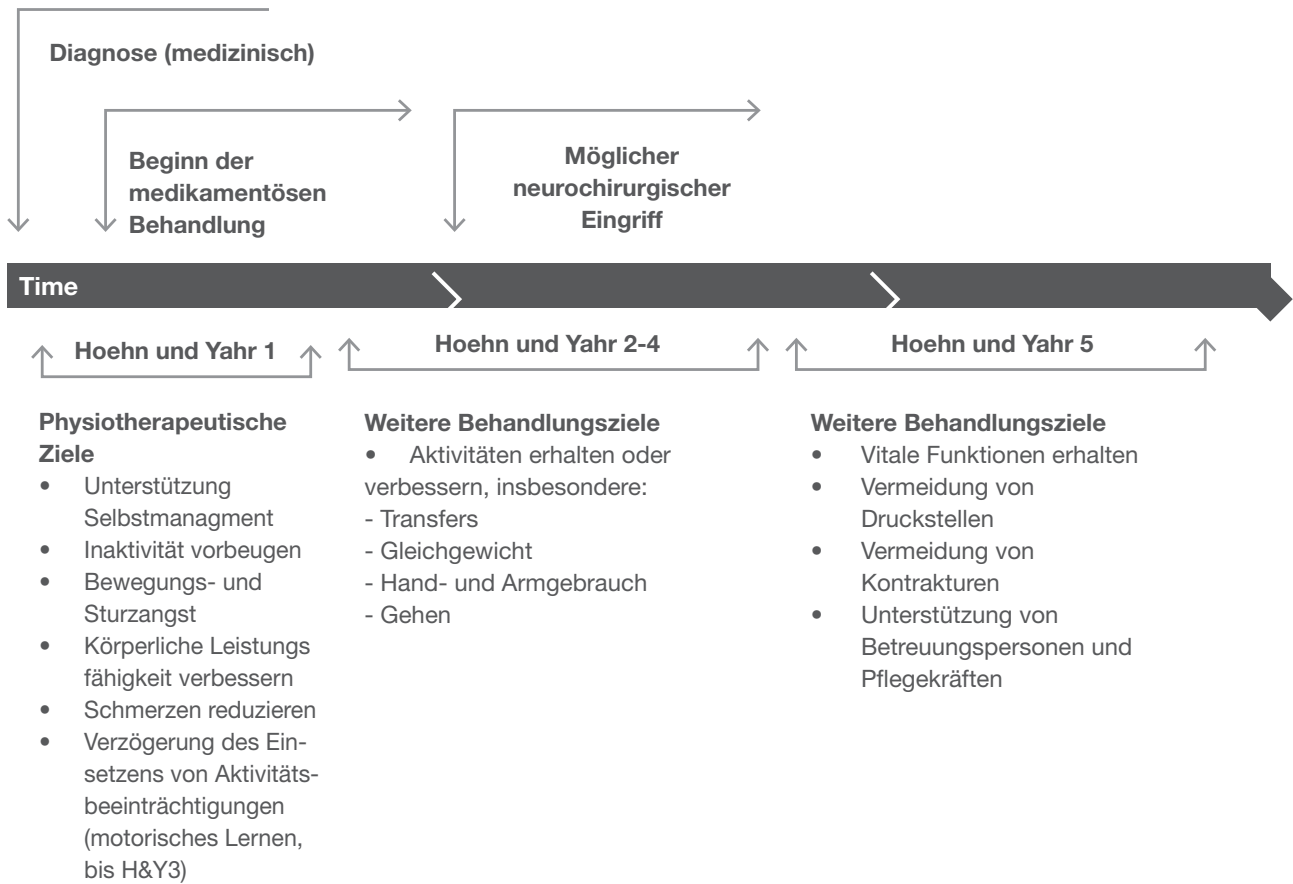
Interesse		Unterstützend		Unter Beachtung von	
Wahrgenommene Probleme	PIF 5-A-Modell	Die wichtigsten Probleme des PmP: Unterstützung des PmP bei der Priorisierung seiner Probleme Einbeziehung von Betreuungspersonen			
Medizinische Information	Vorzugsweise auf Überweisung des Arztes	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parkinson: Diagnose; Jahr der Diagnose; Stadium der Krankheit#</li> <li>Motorische Komplikationen: motorische Fluktuationen, unvorhersagbare On- und Off-Zustände*, Dyskinesien* und Dystonie im Off-Zustand* (bei schwerer Form sollte der PmP umgehend einen Arzt zu Rate ziehen)</li> <li>Mentale Komplikationen: exekutive Dysfunktion etwa bei Konzentration, Behalten und Anwenden von Informationen, Treffen von Entscheidungen, Planen, Verlagern der Aufmerksamkeit von einem Reiz zum anderen sowie Ausführung von Dual Tasks; Unruhe; Apathie; Depression*; Illusionen*; Halluzinationen*; Störungen der Impulskontrolle (z.B. wiederholte Aktivitäten)*</li> <li>Schmerzen: Tageszeit; Ort (z.B. spezifisch oder allgemein), Qualität (z.B. krampfartig, kribbelnd, stechend), Stärke*</li> <li>Komorbidität: Herzinsuffizienz; Osteoporose; Chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD); Arthritis; Diabetes; Druckstellen</li> <li>Gegenwärtige (nicht)-medikamentöse Behandlung: Typ, Intensität und Nebenwirkungen, die Optionen der Physiotherapie möglicherweise beeinflussen</li> <li>Frühere Behandlung des Problems, das Anlass der Überweisung war: Art und Ergebnis</li> </ul>			
Partizipation		Probleme mit Beziehungen; im Beruf und am Arbeitsplatz; mit dem sozialen Leben, einschließlich Freizeitaktivitäten			
Funktionen und Aktivitäten	PIF	<p>Ins Bett steigen und aus dem Bett steigen; drehen; von einem Stuhl oder Toilettensitz aufstehen und sich darauf setzen; in ein Auto steigen und daraus aussteigen; vom Boden aufstehen (nach einem Sturz)</p> <p>Beim Stehen, Vorwärtsbeugen, Reichen, bei Transfers, beim Gehen (rückwärts), Drehen oder beim Dual Tasking</p> <p>Beim Bericht über PmP im PIF:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bei (Beinahe)sturz die Sturzanamnese verwenden, um Einsicht in Häufigkeit und Umstände zu gewinnen (z.B. orthostatische Hypotension und Schwierigkeiten beim Dual Tasking)</li> <li>Bei (Beinahe)sturz oder Angst vor Stürzen ABC oder (für weniger gehfähige PmP) FES-I verwenden, um Einsicht in die mit Aktivitäten in Zusammenhang stehende Zuversicht zu gewinnen</li> </ul> <p>Händigen Sie allen PmP, die gestürzt sind, ein Sturztagebuch aus, um Einsicht in Häufigkeit und Umstände der Stürze zu gewinnen</p> <p>Reichen, Greifen und Bewegen von Objekten bei Aktivitäten im Haushalt, wie kleine Reparaturen, Saubermachen, Kochen, Kleinschneiden von Lebensmitteln und Halten eines Glases oder einer Tasse, ohne etwas zu verschütten; oder Baden und An-/Ausziehen bei der Körperpflege</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bei der Schritteinleitung, beim Gehen (rückwärts), Drehen oder Dual Tasking; Einfrieren des Gangs; Gehgeschwindigkeit und Sicherheit; Ort und Umstände des Entstehens von Einschränkungen</li> <li>Verwendung von Hilfsmitteln; Gehen kurzer und langer Strecken; Zusammenhang mit Stürzen</li> <li>Bei Bericht über PmP hinsichtlich Gang im PIF: Verwendung des neuen FOGQ, um Einsicht in Häufigkeit und Dauer von Freezing zu gewinnen, das in Zusammenhang mit Schritteinleitung und Drehen steht</li> </ul>			
Tipps und Tricks	PIF	<p>Körperliche Leistungsfähigkeit</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Belastungstoleranz, einschließlich schnell außer Atem geraten, rasches Einsetzen von Ermüdung* und allgemeine Müdigkeit; Gelenkbeweglichkeit; Muskeltonus, -kraft und Ausdauer</li> <li>Körperliche Aktivitätslevel im Vergleich zu WHO-Empfehlungen: 75 Min/Woche Training mit hoher oder 150 Min/Woche Training mit mäßiger Intensität</li> </ul>			
Externe Faktoren		<p>Tipps und Tricks, die der PmP anwendet, um die Probleme zu reduzieren oder zu kompensieren: Sind diese adäquat?</p> <p>Persönliche Faktoren</p> <p>Umweltfaktoren</p> <p>Alter und Geschlecht; Krankheitseinsicht; Bewältigung; Erfahrungen; Präferenzen; Motivation; Bewältigungskompetenzen; Gefühle von Isolation und Einsamkeit; Trauer; Wut; Sorgen über die Zukunft; Bewusstsein (für Veränderungen); Motivation (an einer spezifischen Intervention festzuhalten)</p> <p>Medikamente (siehe Medizinische Informationen); Hilfsmittel; finanzielle Möglichkeiten; Einstellung und Unterstützung der Betreuungsperson, der Familienangehörigen oder Freunde, des behandelnden Arztes und des Arbeitgebers; Unterbringung (Einrichtung, Art des Heims); Arbeit (Inhalt, Umstände und Bedingungen); Transport</p>			
Erwartungen des PmP		<p>Im Hinblick auf:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Allgemeine Prognose</li> <li>Physiotherapeutische Behandlung: Inhalte, Häufigkeit und Ergebnis</li> <li>Selbstmanagement: Notwendigkeit von Information, Beratung und Coaching</li> </ul>			

#wie Verwendung der Hoehn & Yahr-Klassifikation; \*in der (MDS-)UPDRS enthaltene Punkte

## Quick Reference Card 2. Körperliches Assessment

	Körperliche Leistungsfähigkeit und Schmerzen	Transfers	Hand- und Armgebrauch	Balance	Gang
<p><b>Abhakliste</b></p> <p>Beobachten Sie die PmP genau, wenn er im Wartezimmer von seinem Stuhl aufsteht, in die Praxis geht, die Tür schließt und seine Jacke auszieht</p> <p>Erfassen Sie alle berichteten oder festgestellten sensorischen Veränderungen mit Beschreibung</p>	<p>Muskelkraft</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Hüftextension</li> <li><input type="checkbox"/> Knieextension</li> <li><input type="checkbox"/> Sprunggelenkflexion</li> <li><input type="checkbox"/> Sonstiges, und zwar:</li> </ul> <p>Muskeltonus</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Ischiocrurale Muskulatur</li> <li><input type="checkbox"/> Wadenmuskulatur</li> <li><input type="checkbox"/> Sonstiges, und zwar:</li> </ul> <p>Gelenkbeweglichkeit</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Halswirbelsäule</li> <li><input type="checkbox"/> Brustwirbelsäule</li> <li><input type="checkbox"/> Sonstiges, und zwar:</li> </ul> <p>Kardiorespiratorischen Belastbarkeit</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Anstrengung</li> <li><input type="checkbox"/> Atemkontrolle</li> </ul> <p>Schmerzen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Muskuloskelettal</li> <li><input type="checkbox"/> Neuropathisch</li> <li><input type="checkbox"/> Sonstiges, und zwar:</li> </ul> <p><input type="checkbox"/> 6MW &amp; Borg 6-20</p> <p><input type="checkbox"/> 5TSTS</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Auf Stuhl/Sofa setzen</li> <li><input type="checkbox"/> Von Stuhl/Sofa aufstehen</li> <li><input type="checkbox"/> Vom Boden aufstehen</li> <li><input type="checkbox"/> Ins Bett steigen</li> <li><input type="checkbox"/> Aus dem Bett aufstehen</li> <li><input type="checkbox"/> Im Bett drehen</li> <li><input type="checkbox"/> Auf den Toilettensitz setzen</li> <li><input type="checkbox"/> Vom Toilettensitz aufstehen</li> <li><input type="checkbox"/> Ins Auto einsteigen</li> <li><input type="checkbox"/> Aus dem Auto aussteigen</li> <li><input type="checkbox"/> Sonstiges, und zwar:</li> </ul> <p>Sicherheit</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Sturz</li> <li><input type="checkbox"/> Beinahesturz</li> <li><input type="checkbox"/> Sonstiges, und zwar:</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Reichen</li> <li><input type="checkbox"/> Greifen</li> <li><input type="checkbox"/> Bewegen von Objekten</li> </ul> <p>Eingeschränkte Aktivitäten:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Beim Stehen</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Aufstehen von einem Stuhl</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Vorwärtsgehen</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Rückwärtsgehen</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Drehen</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Freezing</li> <li><input type="checkbox"/> Beim nach vorne Beugen</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Reichen und Greifen</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Dual Tasking in der Lage sein zu:</li> </ul> <p>Sicherheit</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Sturz</li> <li><input type="checkbox"/> Beinahesturz</li> <li><input type="checkbox"/> Sonstiges, und zwar:</li> </ul>	<p>Beeinträchtigungen der Gangmuster</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Verringerte Gehgeschwindigkeit</li> <li><input type="checkbox"/> Verringerte Rumpfrotation</li> <li><input type="checkbox"/> Verringertes Armpendel</li> <li><input type="checkbox"/> Verkürzte Schrittlänge</li> <li><input type="checkbox"/> Variable Schrittlänge</li> </ul> <p>Festination oder Freezing:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Bei der Schrittinitiation</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Drehen</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Vermeiden von Hindernissen</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Durchgehen durch Türen</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Vorwärtsgehen</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Rückwärtsgehen</li> <li><input type="checkbox"/> Beim Dual Tasking in der Lage sein zu:</li> </ul> <p>Sicherheit</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Sturz</li> <li><input type="checkbox"/> Beinahesturz</li> <li><input type="checkbox"/> Sonstiges, und zwar:</li> </ul>
<p>Unterstützende Tools</p> <p>* kann auch zu Evaluationszwecken verwendet werden</p>	<p>Bett:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> M-PAS Bett</li> </ul> <p>Stuhl:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> M-PAS Stuhl</li> <li><input type="checkbox"/> TUG*</li> <li><input type="checkbox"/> 5TSTS</li> </ul>	-	<p>Allgemein:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Push-Release Test</li> </ul> <p>Transfers:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> M-PAS Stuhl</li> <li><input type="checkbox"/> 5TSTS</li> </ul> <p>Gang:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> M-PAS Gang</li> <li><input type="checkbox"/> TUG*</li> <li><input type="checkbox"/> DGI* / <input type="checkbox"/> FGA / <input type="checkbox"/> Mini-BESTest</li> <li><input type="checkbox"/> Rapid turns</li> </ul> <p>Stationär:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> BBS*</li> </ul>	<p>Allgemein:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> M-PAS Gang</li> <li><input type="checkbox"/> TUG*</li> <li><input type="checkbox"/> 10MWT*</li> <li><input type="checkbox"/> 6MW*</li> <li><input type="checkbox"/> Rapid Turns</li> </ul>	
<p>Bei alle PmP</p>	<p><b>3-Schritte-Modell zur Sturzprognose: Zur Feststellung, ob PmP ein interdisziplinäres Sturzassessment, individualisierte Physiotherapie oder allgemeines Training benötigt.</b></p> <p><b>Goal Attainment Scaling (GAS) Zur Beschreibung und Evaluation eines SMART-Behandlungsziels</b></p>				

## Quick Reference Card 3. Behandlungsziele



**Informationen und Schulung**  
 Informationen über das Parkinson-Syndrom (Beeinträchtigungen und Risiken); Vorteile von körperlicher Aktivität; Kernbereiche, Begründe und Vorteile von physiotherapeutischen Interventionen; Rolle der PmP und des Physiotherapeuten

**Training:**  
 körperliche Leistungsfähigkeit und funktionelle Mobilität;; große Amplitude; im On-Zustand; Steigerung der Intensität; Erwägung konventioneller Physiotherapie, Laufbandtraining, Tai Chi, Tanz

Zusätzlich im HY5:  
 Unterstützung des Pflegepersonals

Zusätzlich im HY5:  
 Im Zusammenhang mit Bettlägerigkeit auftretende Komplikationen

**Übung:**  
 Ursprüngliche oder neuartige motorische Fähigkeiten; Kontextspezifität; viele Wiederholungen; Steigerung der Komplexität; Kognitives Engagement: Aufmerksamkeit, Dual Task, Cues und positives Feedback; Von On- zu Off-Zustand

**Bewegungsstrategietraining:**  
 Externe, sinnvolle Cues; Aufmerksamkeit; Strategien für komplexe Bewegungsabläufe; Kompensation und angepasste motorische Fähigkeiten; Optimierung der Tricks der PmP ; Von On- zu Off-Zustand; ausreichende mentale Funktion erforderlich.

+HY5:  
 Coaching von Betreuungspersonen und dem Pflegepersonal

## Quick Reference Card 4. GRADE-basierte Empfehlungen

Daten von 55 CCTs wurden für die Metaanalysen und die GRADE-basierte Empfehlungen verwendet. Das Ergebnis dieser und 15 anderer CCTs wurde beim Leitlinie Entwicklungsgruppe in die allgemeinen Ratschläge für jede Art der Intervention einbezogen (Kapitel 6).

Empfehlung	Bedeutung
Stark für	Positiver Effekt und 0 außerhalb des Konfidenzintervalls der Wirkung; Evidenzqualität mittel/hoch
Schwach für	Positiver Effekt und 0 außerhalb des Konfidenzintervalls der Wirkung; Evidenzqualität gering oder mittel/hoch, aber nur geringe Wirkung oder sehr großes Konfidenzintervall
Schwach gegen	Positiver Effekt, jedoch 0 innerhalb des Konfidenzintervalls der Wirkung

Kernbereiche	ICF-Bereiche	Endpunkt	Interventionen						
			Konventionelle PT	Laufband-Training	Massage	Cueing	Strategien für KB	Tango tanzen	Tai Chi
Gleichgewicht	Gleichgewichtskapazität	Anzahl der Stürze	Orange						Grün
		BBS	Grün	Grün					Grün
		FR	Grün			Orange			Grün
		DGI				Grün			
		Mini-BESTest						Grün	
Gleichgewicht & Gehen	Kapazität der funktionalen Mobilität	FES / ABC	Orange			Orange			
		Drehung (s)	Orange						
		Treppensteigen (s)		Orange					
Gehen	Gehkapazität	Geschwindigkeit	Grün	Grün		Grün	Orange	Orange	Grün
		Doppelschrittlänge	Orange	Grün		Orange	Grün	Orange	
		Einzelschrittlänge	Orange			Grün	Orange		
		Kadenz	Orange	Orange		Orange	Orange		
		Gehstrecke	Orange	Grün				Orange	Grün
Gehen, Gleichgewicht & Transfers	Kapazität der funktionalen Mobilität	FOGQ	Orange			Grün		Orange	
		TUG	Grün			Orange		Grün	Grün
		PAS					Grün		
Transfers	Kapazität der funktionalen Mobilität	Vom Sitz in den Stand				Grün			
		PAS – Stuhl					Grün		
Physische Kapazität	Muskelfunktionen	Kraft	Grün	Orange					Grün
	Gehkapazität	Gehstrecke	Orange	Grün				Orange	Grün
Sonstige	Funktionen der Bewegung	UPDRS III	Grün	Orange		Grün	Orange	Orange	Grün
		P&G-Ergebnis*				Grün			
		PDQ-39	Orange			Orange		Orange	
	Lebensqualität	EQ-5D	Orange						
		PDQL	**						
	Patientenabhängige Behandlungswirkung	CGI			Grün				
		PSI-PD					Grün		

\*UPDRS III Elemente nur für -15 & 29-30; \*\* für kombinierte PDQ-39-, EQ-5D- und PDQL-Ergebnisse: „Schwach gegen“

ABC - Activities Balance Confidence-Skala; BBS - Berg Balance-Skala; CGI - Clinical Global Impression; DGI - Dynamic Gait-Index; EQ-5D - EuroQol 5-D; FOGQ - Freezing of Gait Questionnaire; FES - Falls Efficacy-Skala; FR - Functional Reach; PAS - Parkinson Activity-Skala; PDQ-39 - Parkinson's Disease Quality of Life 39-Fragebogen; PDQL - Parkinson Disease Quality of Life-Fragebogen; PSI-PD - Patient Specific Index for Parkinson's Disease; TUG - Timed Up and Go; UPDRS - Unified Parkinson's Disease Rating Scale

**Konventionelle PT (Physiotherapie);** alle von Physiotherapeuten überwachten aktiven Übungsinterventionen in Hinblick auf Gang, Gleichgewicht, Transfers oder körperliche Leistungsfähigkeit oder eine Kombination daraus.

**Strategien für KB; Strategien für komplexe Bewegungsabläufe:** Früher kognitive Bewegungsstrategien genannt