

Fragen an Gabriele Kiesling, Physiotherapeutin



Damit Ihr Euch beim Sichten der Fotos am PC keine Rücken-oder
Schulterschmerzen holt, hier ein kleiner Ausflug in die Region – was kann ich
dagegen tun !

Die Blackroll ist spätestens seit der Fußball-EM in aller Munde und vielleicht sieht
man sie auch bei den Olympischen Spielen in Rio. Grund genug eine Fachfrau zu
befragen.



Liebe Frau Kiesling,

vielen Dank, dass Sie sich Zeit für das Interview nehmen. Vielleicht können Sie uns etwas über sich sagen ?

In Düsseldorf habe ich 40 Jahre lang meine große Physiotherapie-Praxis erfolgreich geleitet und dann an einen jungen Kollegen verkauft. Ich war Vorsitzende und Pressesprecherin des Berufsverbandes freiberuflicher Krankengymnasten IFK. Heute lebe ich in Berlin und leite dort das diqp. Kärnten ist mein 2. Wohnsitz geworden. Hier betreibe ich eine Privatpraxis und bin Gasttherapeutin in einem renommierten Biohotel.

Die Qualität der Physiotherapie und reproduzierbare Heilerfolge liegen mir ebenso am Herzen, wie die Erstellung von fachspezifischen Patientenprogrammen, um diesen Heilerfolg langfristig zu sichern.

Ich berate Physiotherapie Praxen in Deutschland in Bezug auf Praxisqualität und

erfolgreiche Praxisführung.

Die Anwendung scheint Erfolge zu bringen, aber das A und O ist bestimmt der korrekte Einsatz. Sie haben sich mit diesem Thema beschäftigt.

Die Blackroll ist Faszienbehandlung; daher ist die Popularität zu begrüßen. Allerdings ist nicht jeder Mensch jung und so fit wie beispielsweise Manuel Neuer. Mein befreundeter Kollege beim DFB Klaus Eder betreut mit Dr. Müller Wohlfahrt seit mehr als 25 Jahren die Nationalmannschaft. Er weiß sehr gut, wem er was mit der großen Blackroll zutrauen kann. Der interessierte Laie sollte besser eine gewisse Vorsicht mit diesen Übungen walten lassen.

Wie sieht es mit Mini Blackroll aus ?

Mit der Mini Blackroll lasse ich vom Patienten die wichtigen Körperstellen zu Hause nachbehandeln. Das verbessert nachhaltig das Behandlungsergebnis. Es gibt dem Menschen auch das wichtige Gefühl, selbst an seiner Gesundheit mitwirken zu können. Wichtig hierfür ist die genaue Instruktion und eine schriftliche Anleitung mit Bild- und Übungstexten. Leider habe ich schon oft erlebt, wie sich wohlgemeintes Eigentraining von Laien mit der großen Rolle negativ auswirkt. Einige der gezeigten Übungen der Firma scheinen mir für Sportler ggf. erfolgreich; jedoch nicht für Menschen mit körperlichen Einschränkungen. Viele dieser „ungeschickten“ Übungen habe ich auf die Mini Blackroll so übertragen, dass sie immer und überall von Jedermann problemlos geübt werden können.

Myofasziale Behandlung gibt es aber nicht nur mit der Blackroll. Was ist der Unterschied zu „normalen“ Faszien?

Die Faszienbehandlung ist eigentlich ein „alter Hut“! Bereits Andrew Still, der Entdecker der Osteopathie wies schon 1899 darauf hin, Faszien mit Respekt zu behandeln. Sie kommunizieren mit unserem Gehirn und brauchen daher eine einfühlsame, sanfte Behandlung. Ich selbst befasse mich seit 1974 mit Myofaszialer Faszienarbeit. Das sind tiefgreifend, lösende Behandlungen im Gewebe, an Triggerpunkte und Schlüsselstellen. Hinzu kommt als Physio Faszien Training ein klar definiertes, individuelles Konzept für eigene Übungen zu Hause oder im Alltag. Dieses Programm besteht aus Bildern und Texten zur Sicherung der Richtigkeit. Ein neues 12 Schritt Programm wurde jetzt von mir für die Mini Blackroll entwickelt.



Sie engagieren sich sehr für die Qualität in der Physiotherapie ?

„Wenn, dann richtig“ ist immer schon mein Arbeitsmotto gewesen. Mit großem Missvergnügen höre ich Schilderungen von unambitionierter Physiotherapie, mit Nachteilen für den Patienten. Auch viele medizinisch angehauchte Übungskonzepte in der bunten Medienwelt sind häufig ungeeignet, schlimmstenfalls sehr schädlich. Es fehlt der Qualität TÜV in der Physiotherapie . Ich werde in den nächsten Jahren mein fachliches Interesse auch sachverwaltend, als Expertin miteinbringen, um der Qualität in meinem Beruf zu einem angemessenen Ansehen zu verhelfen.

Können Sie etwas für den oder die Büroarbeiter empfehlen? Unter dem Aspekt – auch so etwas kann man genießen?

Für Büromenschen wäre es gut und nicht ohne Genuss, die Übungen rund um die Wirbelsäule zu machen. Dabei kommt man mit dem Hintern hoch und bewegt medizinisch einwandfrei die Wirbelsäule in alle Richtungen, die sie braucht um

wieder anschließend Platz zu nehmen. Oder mit der Mini Blackroll auch im Sitzen der Reihe nach den Körper zu rollen ist fein. Kann auch als Partnerübung mit einer Kollegin gehen.

Wo kann man mehr über Ihre Arbeit erfahren? Gibt es eine Webseite oder Publikationen?

www.diqp.de heißt die Institutsseite. Hier sind auch meine bisherigen Publikationen benannt.

Vielen Dank für das kleine Interview und weiterhin viel Erfolg bei Ihrer Arbeit.

Hier noch einmal die Kontaktangaben:

Deutsches Institut für Qualität in der Physiotherapie (diqp)

Zionskirchstraße 9

10119 Berlin

Telefon: 030 / 44 35 73 22

E-Mail: info@diqp.de