

## BEREICH SPORTWISSENSCHAFT

### MultiMove



SACHSEN-ANHALT



EUROPÄISCHE UNION  
**EFRE**  
Europäischer Fonds für  
regionale Entwicklung

### Multimodaler Interventionsansatz zur sektorenübergreifenden Versorgung bei degenerativen Wirbelsäulenerkrankungen

In dem vom Europäischen Fonds für regionale Entwicklung (EFRE) geförderten Projekt **MultiMove** arbeitet der Lehrstuhl Gesundheit und Körperliche Aktivität mit der Orthopädischen Abteilung II des Klinikum Magdeburg an einem sektorenübergreifenden, multimodalen Bewegungsangebot für Patienten mit chronisch lumbalen Rückenschmerzen und degenerativen Wirbelsäulenerkrankungen.

#### Hintergrund des Projektes

Beschwerden im Bereich des unteren Rückens, bekannt als lumbale Rückenschmerzen, werden durch degenerativ bedingte Veränderungen der Lendenwirbelsäule ausgelöst, die häufig zu einer Verengung des Wirbelkanals (Spinalkanalstenose) führen. Damit einhergehend stellt sich eine Chronifizierung von Schmerzen, eine eingeschränkte Mobilität und schließlich eine Minderung der Lebensqualität ein. Die grundständige physiotherapeutische Behandlung in Verbindung mit einer Schmerztherapie führt leider nicht immer zu dem gewünschten Behandlungserfolg. Daher wurde das Bewegungsprogramm MultiMove entwickelt, das durch die Kombination von Gleichgewichts-, Koordinations- und Kognitionsübungen nicht nur auf eine Stabilisierung der rumpfnahen Muskulatur abzielt, sondern durch seinen multimodalen Aufbau auch die Vielschichtigkeit des Schmerzerlebens adressiert. Ein Ergebnis dieses Programms wird eine deutliche Reduktion der Schmerzsituation, eine Zunahme der Mobilität und des allgemeinen Wohlbefindens erwartet.

Ziel des Projektes ist es, das multimodale Bewegungsprogramm in der ambulanten und stationären Behandlung von degenerativen Wirbelsäulenerkrankungen zu evaluieren, zu implementieren und auf seine Auswirkungen hinsichtlich Schmerzempfindung, Mobilität und Lebensqualität zu untersuchen.