

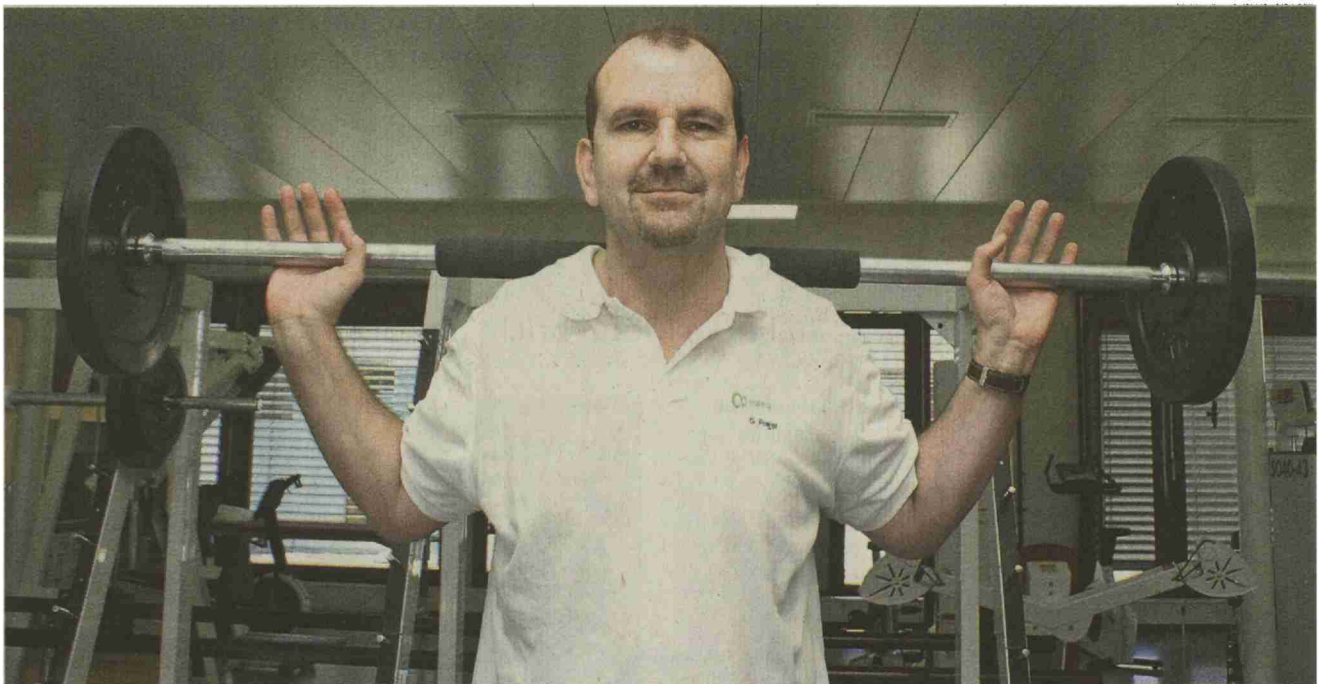
Neue Fricktaler Zeitung AG  
4310 Rheinfelden  
061/ 835 00 35  
www.nfz.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 8'448  
Erscheinungsweise: 3x wöchentlich

Themen-Nr.: 516.17  
Abo-Nr.: 516017  
Seite: 2  
Fläche: 64'960 mm<sup>2</sup>

# Der Begleiter auf dem Weg zurück in den Alltag

## Präsident der Schweizerischen Arbeitsgruppe für Rehabilitationstraining



«Wer ab 40 Sport treiben will, muss die Kondition pflegen», erklärt Guido Perrot.

**Begonnen hat Guido Perrot als einfacher Physiotherapeut. Heute ist er Leiter Therapien beim Parkresort Rheinfelden. Sein besonderes Interesse gilt der progressiven Nachbehandlung von Sportverletzungen.**

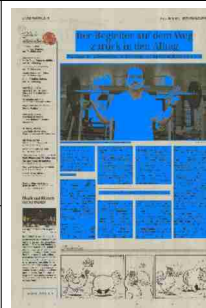
Valentin Zumsteg  
FRICK/RHEINFELDEN. Bewegung ist sein Leben. «Ich war ein schlechter

Schüler. Ich konnte nicht ruhig sitzen und mich konzentrieren», erzählt Guido Perrot mit einem Lachen. Er interessierte sich mehr für Sport – Fussball und vor allem Handball spielte er mit Leidenschaft. Perrot brachte es bis in die Nationalliga B. Mit 19 Jahren erlitt er eine schwere Knieverletzung, die seiner Sportlerkarriere ein abruptes Ende setzte. Die damals fehlende Nachbehandlung und mehrere Rückschläge verhinderten die Rückkehr zum Leistungssport. Das hat ihn geprägt.

### «Freude an der Bewegung»

«Die Freude an der Bewegung hat mich dazu veranlasst, eine Ausbildung als Physiotherapeut zu machen.» Nach dem Abschluss war er «völlig frustriert», wie er erzählt. «Ich war stark in passiver Physiotherapie, doch das war nicht das, was ich wollte.»

Über einen Lehrer kam er mit der analytischen Biomechanik in Kontakt. «Das interessierte mich. Die funktio-



Neue Fricktaler Zeitung AG  
4310 Rheinfelden  
061/ 835 00 35  
www.nfz.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 8'448  
Erscheinungsweise: 3x wöchentlich

Themen-Nr.: 516.17  
Abo-Nr.: 516017  
Seite: 2  
Fläche: 64'960 mm<sup>2</sup>

nelle Anatomie und das Lesen und Analysieren der Kräfte, die bei einer Bewegung wirken, finde ich spannend.» 1999 wurde er Instruktor für analytische Biomechanik, zehn Jahre später machte er den Master in Sportphysiotherapie in Salzburg. Seit 1998 arbeitet er als Leiter der Salina Therapien im Parkresort Rheinfelden.

Leute bewegen sich heute zu wenig. Dies kann zu gravierenden Problemen führen. Mit der richtigen Ernährung und genügend Bewegung lassen sich viele Probleme lösen», betont er. Regelmässig gehören auch Profisportler zu seinen Patienten. Hier kann er sein grösstes Interesse an der «progressiven» Nachbehandlung von Sportverletzungen ausleben.

Zusammen mit Gleichgesinnten

gründete er 1998 die Schweizerische Arbeitsgruppe für Rehabilitationstraining. Seit Beginn ist er deren Präsident. Rehabilitationstraining ist ein **Kondition und Ausdauer**

Die Anforderungen an die Physiotherapeuten haben sich in den vergangenen Jahren deutlich verändert. «Die Ausbildung hat sich zu einem Fachhochschulstudium entwickelt. Lebenslange Weiterbildung ist von zentraler Bedeutung», erklärt Perrot, der auch Dozent am Bildungszentrum Gesundheit Basel-Stadt ist. «Physiotherapeuten sind ein wichtiger Teil des Gesundheitswesens. Die Physiotherapie ist aber finanziell unterbewertet», so Perrot.

Da stellt sich die Frage: Wo kann man sparen im Gesundheitswesen?

Seine Antwort kommt wie aus der

Pistole geschossen: «Jeder sollte bei sich selber anfangen. Nur das bringt etwas.» An seinem Beruf gefällt ihm die Abwechslung und der Kontakt mit den Menschen. Es gehört aber auch viel Administratives und Organisatorisches dazu. Rund 30 Prozent seiner Arbeitszeit kann er sich direkt den Patienten widmen.

Guido Perrot, Vater eines Sohnes, wohnt mit seiner Lebenspartnerin seit ein paar Jahren in Frick. Leistungssport kann er nicht mehr betreiben, doch er joggt, fährt Mountainbike und geht regelmässig ins Krafttraining. Sein Tipp: «Wer ab 40 Sport treiben will, muss die Kondition pflegen. Es braucht ein Kraft- und Ausdauertraining, sonst sind Verletzungen programmiert.»

## «Viele Leute bewegen sich heute zu wenig»

### Grundlegender Wandel

«Ich bin seit 30 Jahren Physiotherapeut. Der Wandel in dieser Zeit ist grundlegend», erklärt der 50-Jährige. Wurden früher Patienten nach einer Verletzung geschont und passiv behandelt, steht heute ein aktives Aufbautraining im Zentrum der Physiotherapie. «Es ist das Ziel, dass die Patienten danach wieder zurück in

den Alltag können.» Mit anderen Worten: Ein verletzter Maurer sollte nach der Physiotherapie wieder so leistungsfähig sein, dass er in seinen Beruf zurückkehren kann. «Viele Training, das therapeutisch betreut wird und das durch bewegungsorientierte Massnahmen schnellstmöglich die negativen Folgen von Verletzungen und Krankheiten ausgleichen

soll. «Der Verein setzt sich für eine optimale Vorbeugung und Heilung von Verletzungen am Bewegungsapparat des Menschen ein», erklärt Perrot. Die Arbeitsgruppe leistete viel Pionierarbeit. In der Anfangszeit war das Rehabilitationstraining in der Schweiz noch wenig verbreitet. Heute zählt der Verein rund 370 Mitglieder in der ganzen Deutschschweiz.