

1969

2009



# Die Isokinetik ist tot – es lebe die Isokinetik!

Die Geschichte der Isokinetik geht weit zurück in die 60er Jahre und ist eng mit der amerikanischen Firma CYBEX verbunden. In den USA finden die Geräte schon seit vielen Jahren Anwendung.

In Deutschland schwappte die Welle der isokinetischen Test- und Trainingssysteme wie gewohnt ein paar Jahre später über, in den 80er und 90er Jahren war die Methode Isokinetik in der Diagnostik und der Therapie von orthopädisch-traumatologischen Patienten fest etabliert. Vor allem in den ambulanten und stationären Rehabilitationseinrichtungen von Sportlehrern oder Sporttherapeuten (heute Diplom-sportwissenschaftler mit dem Schwerpunkt Rehabilitation und Prävention) genutzt, sind sie seitdem nicht mehr aus der medizinischen Trainingstherapie wegzudenken. Aber auch Olympia-

stützpunkte und Leistungszentren des Sports nutzen die Geräte zur Leistungsermittlung.

## Aber was ist eigentlich Isokinetik?

Der Begriff stammt aus dem Griechischen: Die Vorsilbe „Iso“ wird mit der Bedeutung „gleich“ und „kinetikos“ mit „die Bewegung betreffend“ übersetzt. Hier ist die gleichbleibende Bewegungsgeschwindigkeit (exakter: Winkelgeschwindigkeit) während des Tests bzw. des Trainings gemeint. Mithilfe der Isokinetik können Muskelaktionen der beugenden und stre-

ckenden Muskulatur in einem Übungsaufbau unter standardisierten Bedingungen registriert werden. Die Diagnostik ist somit zur Einschätzung des neuromuskulären Funktionsstatus besonders geeignet und ermöglicht die Objektivierung, Verlaufskontrolle und Steuerung des Trainings. Mithilfe isokinetischer Systeme lassen sich Kraft-, Arbeits- und Leistungswerte im konzentrischen und exzentrischen Modus erfassen und Muskelkraftverhältnisse ermitteln.

Besonders wertvoll sind die Aussagen im Zusammenhang mit einem Rechts-Links-Vergleich der Extremitäten (gerade auch bei Verletzungen) oder der Rumpfmuskulatur und bei der Einordnung von antagonistisch wirkenden Muskelgruppen (Beuger/Strecker).

### Kann man Isokinetik abrechnen?

Viele Ärzte setzen die Systeme zur genaueren Diagnostik und vor allem zur besseren Bestimmung von Therapie- und Trainingsplänen ein. Ihnen steht bei der Abrechnung ihrer Leistungen (für Privatpatienten oder Selbstzahler) die Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) zur Verfügung, die unter den Kennziffern 842 „Apparative isokinetische Muskelfunktionsdiagnostik“ (ca. 100 EUR bei 3,5-fachen Hebungssatz) und Kennziffer 558 „Apparative isokinetische Muskelfunktionstherapie“ (ca. 17,50 EUR bei 3,5-fachen Hebungssatz) vorgesehen haben. In den ambulanten und stationären Rehabilitationszentren sieht die separate Abrechnung schon schwieriger bzw. schlechter aus. Hier sind bei einem Test für die Berufsgenossenschaften (so genannter BG-Report) noch knapp 15 EUR „drin“.

### Quo vadis Isokinetik?

Ohne Zweifel besitzt die Isokinetik nach wie vor

einen bedeutenden Stellenwert in der Therapie, aber auch beim Training und der Diagnostik im Leistungssport. Des Weiteren haben sich auch in der arbeitsplatzbezogenen Rehabilitation neue Tools beziehungsweise Adapter bewährt. Seit vielen Jahren zeigt auch das Beispiel der Firma LMT/CYBEX, dass die Isokinetik „lebt“: Ca. 850 Systeme vom Typ CYBEX 6000 und CYBEX Norm wurden allein in Deutschland installiert. Nach dem Rückgang der refinanzierenden Möglichkeiten stehen Effizienz, Ausbildung und das Angebot von Zusatztools im Vordergrund.

Hier bietet LMT/CYBEX Herausragendes, da die Firma in der Lage ist, ältere Geräte in neue zu verwandeln, umzutauschen oder aber komplett neues Equipment zu liefern, ohne dass sich die Therapeuten von der Hard- und Software groß umstellen müssen. Im Moment entscheiden sich pro Jahr ca. 75 Kunden für diesen Upgrade-Service. Aber auch der große Bedarf an Fortbildung und Schulung wird entweder Inhouse oder in der LMT-Academy abgedeckt, Servicetechniker sind dezentral in ganz Deutschland stationiert.

### Summary und Ausblick

Nie waren die isokinetischen Test- und Trainingssysteme ausgereifter und technisch hochwertiger als heute. Die Anzahl der Nutzer hat sich nicht verringert, die Qualität ihrer Arbeit deutlich erhöht. Die European Interdisciplinary Society ([www.eiscsa.com](http://www.eiscsa.com)), die aus der European Isokinetic Society hervorgegangen ist, bietet allen Interessierten eine wissenschaftliche und organisatorische Plattform, um in Zukunft wieder stärker den inhaltlichen Gewinn durch die Arbeit mit der Isokinetik zu verdeutlichen und dadurch auch auf politischer Ebene „Gehör zu finden“.

Thomas Kotsch, Key Account Manager Medical LMT Deutschland AG

1989 bis 1995 Sportwissenschaftliches Studium an der Universität Potsdam

1996 bis 1998 Geschäftsführer des Brandenburgerischen Verein für Gesundheitsförderung e. V.

1998 bis 1999 Leiter der betrieblichen Gesundheitsförderung der Universität Potsdam

1998 bis heute Inhaber und Geschäftsführer der Firma acon Gesundheitsmanagement GmbH sowie Key Account Manager der Firma LMT Deutschland AG



Fragen rund um das Thema gerne an:  
Thomas Kotsch,  
[thomas.kotsch@lmt.eu](mailto:thomas.kotsch@lmt.eu)  
[www.lmt.eu](http://www.lmt.eu)