

Geriatric, Sarkopenie, Training = Gériatrie, sarcopénie, formation = Geriatria, sarcopenia, allenamento

Autor(en): **Reinhard, Fabienne**

Objektyp: **Preface**

Zeitschrift: **Physioactive**

Band (Jahr): **58 (2022)**

Heft 5

PDF erstellt am: **11.09.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Geriatric, Sarkopenie, Training

Gériatrie, sarcopénie, formation

Geriatrica, sarcopenia, allenamento



Als Kind feiern wir jeden Geburtstag. Wenn wir «erwachsen» sind, wird das unwichtiger. Und wenn wir «alt» werden und einen Handlauf zum Treppensteigen brauchen, wünschsten wir uns wohl den jungen Körper zurück. Änderungen in unserem Bewegungsverhalten im Alter können aber auch auf eine sogenannte «Sarkopenie» hinweisen. Aufgrund ihrer Folgen muss sie frühzeitig erkannt werden (S. 11). Es gilt, früh aktiv zu werden und zu bleiben, um den Alltag bis ins hohe Alter noch möglichst lange selbst bewältigen zu können (S. 5). Die Möglichkeiten für ältere Menschen, sich zu bewegen, sind vielseitig und können auch Spass machen. So verknüpft beispielsweise «Exergaming» traditionelles Training mit Videospielen (S. 17).

Die digitale Transformation beschäftigt auch Physioswiss und war das Thema des diesjährigen Kaderforums (S. 41).

Der direkte Kontakt mit den Patient:innen bleibt jedoch ein Grundpfeiler für ihre Genesung. So hat beispielsweise D. dank der Physiotherapie den Weg von der Intensivstation zurück in den Alltag geschafft (S. 45). |

Fabienne Reinhard
Chefredaktorin

Enfants, nous fêtons chacun de nos anniversaires. Une fois adultes, notre âge n'est plus aussi important. Et en vieillissant, lorsque nous devons nous aider de la rampe pour monter les escaliers, nous sommes nostalgiques de notre jeune corps vaillant. Or, la réduction de notre capacité de mouvement au fil du temps peut également être le signe d'une altération appelée sarcopénie. En raison de ses conséquences, il convient de la détecter au plus tôt (p. 11). Il est important de rester actif tout au long de sa vie pour affronter au mieux le quotidien le plus longtemps possible (p. 5). Les activités physiques accessibles aux personnes âgées sont nombreuses et peuvent aussi être divertissantes. C'est le cas, par exemple, de l'«exergaming» qui associe exercices classiques et jeux vidéo (p. 17).

À ce propos, la transformation numérique occupe également Physioswiss. Elle a d'ailleurs été le thème du Forum des cadres cette année (p. 41).

Toutefois, le contact direct avec les patients demeure essentiel à leur rétablissement. Dans ce numéro, vous pourrez ainsi lire le témoignage d'un patient qui, grâce à la physiothérapie, a réussi à retrouver son quotidien après un séjour en soins intensifs (p. 45). |

Fabienne Reinhard
Rédactrice en chef

Da bambini siamo felici di festeggiare ogni compleanno. Poi, man mano che diventiamo «grandi», questo aspetto diventa meno importante. E da «vecchi», quando abbiamo bisogno di un corrimano per salire le scale, probabilmente daremmo qualsiasi cosa per riavere il corpo di quando eravamo giovani. Ma i cambiamenti nel nostro comportamento motorio in età avanzata possono anche essere indice della cosiddetta «sarcopenia», che, considerate le sue conseguenze, deve essere riconosciuta precocemente (p. 11). Per poter affrontare la vita quotidiana in autonomia il più a lungo possibile è importante diventare e rimanere attivi fin da giovani (p. 5), ma anche gli anziani hanno molti modi per fare attività fisica, alcuni dei quali possono essere davvero divertenti: ad esempio, l'«exergaming» combina l'allenamento tradizionale con i videogiochi (p. 17).

La trasformazione digitale è un tema caro anche a Physioswiss, che infatti lo ha messo al centro del Forum dei quadri di quest'anno (p. 41).

Il contatto diretto con i pazienti rimane tuttavia una colonna portante del loro recupero. È proprio grazie alla fisioterapia che D., ad esempio, è riuscito a tornare alla vita quotidiana una volta uscito dal reparto di terapia intensiva (p. 45). |

Fabienne Reinhard
Caporedattrice