



Physiotherapeut, Physiotherapeutin **FH**



Rückenschmerzen? Verstauchung? Muskelfaserriss? Rheuma? Kardiorespiratorische Fitness? Physiotherapeuten und Physiotherapeutinnen sind Fachleute für Bewegung, für die Mobilität des Körpers. Sie behandeln Patienten allen Alters, die nach einem Unfall, aufgrund einer Krankheit oder einer Beeinträchtigung an Einschränkungen der körperlichen Bewegungs- und Funktionsfähigkeit leiden. Mit verschiedenen Methoden lindern die Fachpersonen Schmerzen und tragen zur Wiederherstellung von körperlichen Funktionen bei, damit die Patientinnen ihre Mobilität und Autonomie zurückgewinnen.

Anforderungen

Ich bin manuell geschickt

Physiotherapeutinnen arbeiten hauptsächlich mit den Händen. Bei einer Lymphdrainage oder bei der Mobilisierung von Gelenken braucht es Fingerfertigkeit, um die passenden Handgriffe und den richtigen Druck anzuwenden.

Ich kann gut beobachten und analysieren

Physiotherapeuten beobachten die Patienten in jeder Therapiestunde genau, damit sie die richtigen Methoden zur richtigen Zeit einsetzen können. Sie erkennen und analysieren die körperlichen Beschwerden schnell und sicher. So können sie über die weiteren Behandlungsschritte entscheiden.

Ich verfüge über Empathie, Geduld und didaktisches Flair

Dank ihrer Sozialkompetenz können Physiotherapeutinnen Vertrauensbeziehungen aufbauen, den Patientinnen zuhören und sie während des gesamten Genesungsprozesses begleiten. Mit ihrem didaktischen Geschick gelingt es ihnen, den Patienten die Wirksamkeit der Übungen zu erklären und sie dadurch zu motivieren.

Ich bin körperlich robust

Die Arbeit von Physiotherapeuten ist anstrengend. Genau wie ihre Patienten müssen auch sie auf ihren Körper achten. Sie nehmen bei der Arbeit die richtige Körperhaltung ein und verfügen über eine solide physische Verfassung.

Ich bin selbstständig und verantwortungsbewusst

Physiotherapeutinnen arbeiten in der Regel alleine mit den Patienten. Sie erstellen selbstständig physiotherapeutische Diagnosen und tragen die Verantwortung für die angewendeten Therapiemethoden. Sie können ihre Entscheidungen gegenüber Patienten, Ärztinnen und Krankenversicherern begründen.

▼ In der Physiotherapie braucht es manuelles Geschick und eine ausgezeichnete Beobachtungsgabe.



Ausbildung

Die Ausbildung zum Physiotherapeuten/zur Physiotherapeutin findet an einer Fachhochschule FH statt.

Ausbildungsorte

In der Deutschschweiz: Basel, Bern, Landquart (GR), Leukerbad (VS, zweisprachig d/f), St. Gallen, Winterthur (ZH). In der lateinischen Schweiz: Genf, Lausanne (VD), Manno (TI)

Dauer

3 Jahre, Vollzeit. Das Studium wird durch ein Praktikum von 10 Monaten ergänzt.

Voraussetzungen

- Berufs-, Fach- oder gymnasiale Maturität. Ohne Berufsabschluss im Gesundheitsbereich braucht es zusätzlich ein mindestens 2-monatiges Vorpraktikum im Gesundheitswesen.
- Oder: spezifischer Abschluss in einem Gesundheitsberuf Stufe Höhere Fachschule und Höhere Fachprüfung

In allen Fällen braucht es eine Eignungsabklärung oder ein Aufnahmeverfahren. Ziel ist die Abklärung intellektueller

und kommunikativer Fähigkeiten, von Interessen, Motivation, Belastbarkeit, Ausdauer, manuellem Geschick etc. Über Details zu Aufnahmebedingungen, Praktikumsinhalt und die Anrechenbarkeit von Vorleistungen informieren die einzelnen Fachhochschulen.

Ausbildungsinhalt

Die Ausbildung besteht aus modularem Unterricht und zu etwa einem Viertel aus Praktika in Gesundheitsinstitutionen. In den Modulen werden medizinische und praktische Grundlagen vermittelt wie Grundlagen des Bewegungsverhaltens, Basistechniken der physiotherapeutischen Untersuchung und Behandlung. Hinzu kommen theoretische Grundlagen wie Anatomie, Physiologie etc.

Abschluss

Bachelor of Science (FH) in Physiotherapie

Weiterbildung

Wie in allen Gesundheitsberufen ist eine regelmässige Weiterbildung eine Voraussetzung zur Ausübung des Berufs.

Einige Möglichkeiten:

Kurse: Angebote von Fachhochschulen, Universitäten, Weiterbildungszentren, Kliniken und Physioswiss

Spezialisierung: Angebote in Fachbereichen wie Rheumatologie, Orthopädie, Chirurgie, Neurologie, Innere Medizin, Pädiatrie, Psychiatrie, Gynäkologie, Geriatrie, Sport

Fachhochschule: Master of Science in Physiotherapie

Nachdiplomstufe: CAS, DAS und MAS von Fachhochschulen, Universitäten und der ETH, z.B. muskuloskeletale Physiotherapie, Management im Gesundheitswesen, Prävention und Gesundheitsförderung, Physiotherapie im Sport

Doktorat: «Care & Rehabilitation Science» an der Universität Zürich in Zusammenarbeit mit der ZHAW. Die UZH informiert über die Zulassungsbedingungen.



◀ Mit verschiedenen Massagetechniken können Verspannungen gelöst und die Beweglichkeit verbessert werden.

Breites Spektrum an Personen, Diagnosen und Therapien

Als Jugendliche wurde Mathilda Vuille nach einem Turnunfall von einer Sportphysiotherapeutin behandelt. «Sie hat mir von ihrem Beruf erzählt, was mich sehr interessierte», erklärt sie. Jetzt unterstützt die frisch diplomierte Fachfrau selber Patienten bei der Rehabilitation.

Rückenschmerzen, Arthrose, Verstauchungen, Brüche: Die Beschwerden der Patientinnen und Patienten sind vielfältig. «Ich therapiere Personen jeden Alters. Manche kommen wegen chronischer Schmerzen, andere zur Rehabilitation nach einer Operation», erklärt Mathilda Vuille. «Ich behandle Probleme des Bewegungsapparates - also alles, was Muskeln, Sehnen und Gelenke betrifft.»

▼ Die Physiotherapeutin trainiert die Koordination der Patientin.



Hilfe zur Selbsthilfe

Die Physiotherapeutin behandelt zwischen 15 und 20 Patienten pro Tag. Die Sitzungen dauern jeweils 25 Minuten. Gerade behandelt sie eine Person, die sich nach einem Sportunfall einer Knieoperation unterziehen musste. «Am Anfang wandte ich vor allem Lymphdrainage und Mobilisierungstechniken an, um die Schmerzen zu lindern und die Beweglichkeit des Knies wiederherzustellen. Die Patientin musste auch zuhause einfache Übungen machen. Inzwischen arbeite ich mit ihr an der Kräftigung, der Stabilität und am Gleichgewicht.»

Eine andere Patientin leidet an chronischer Müdigkeit. «Ich motiviere sie zu körperlicher Bewegung, damit sie wieder besser in Form kommt. Auf dem Programm stehen zum Beispiel Laufband oder Hometrainer. Ausserdem schlage ich Übungen vor, die die Patientin zuhause machen kann. Sie soll nicht von der Therapie abhängig sein, sondern sich selbst um ihre Gesundheit kümmern können.»

Von der Anamnese zum Schlussbericht

Bei der Aufnahme eines neuen Patienten erstellt Mathilda Vuille eine

Anamnese: Sie stellt Fragen zu Krankheitsgeschichte, Gesundheitszustand und aktuellen Problem oder Schmerzen. Auf der Basis dieser Informationen und von klinischen Tests erarbeitet die Physiotherapeutin einen Behandlungsplan, den sie regelmässig prüft und anpasst: «Nach jedem Treffen notiere ich, was sich verändert hat und lege die nächsten Schritte fest.» Am Ende der Therapie schreibt sie einen Bericht für den Arzt, die Ärztin: «Ich führe die Therapien auf, beschreibe die Ergebnisse - und gebe meine Empfehlung ab, ob die Behandlung weitergeführt werden soll.»

Mathilda Vuille kann sich gut vorstellen, noch einige Jahre in dieser Praxis zu arbeiten. «Anschliessend würde ich gerne in einem Spital tätig sein, und zwar im kardiorespiratorischen Bereich. Diesen habe ich während meines Bachelorstudiums kennen- und schätzen gelernt», sagt sie zum Abschluss.

Mathilda Vuille
25, Physiotherapeutin FH,
arbeitet in einer grossen
Praxis, die zu einer Kette
gehört



Rehabilitation aus allen Blickwinkeln

Ob stationär oder ambulant: Die Patientinnen und Patienten werden in der Rehabilitation von Ärztinnen und Ärzten, Pflegefachleuten sowie Ergotherapeuten, Orthopädistinnen und Sozialpädagogen begleitet. Eine zentrale Rolle spielt auch Nico Bolzan – zusammen mit anderen Physiotherapeuten.

Sei es wegen Unfällen, chirurgischen Eingriffen am Bewegungsapparat (z.B. Knie, Hüfte, Schulter, Rücken) oder körperlichen Einschränkungen aufgrund von Erkrankungen: In der Reha-Phase bewegen sich die Patienten zwischen Trainingsraum, Schwimmbad und auch mal Magnetfeld- oder Elektrostimulationsgeräten. Es kommen Gehhilfen, Gymnastikbälle und Turngeräte zum Einsatz. «Oft sind es ältere Menschen, immer wieder aber auch Junge, die länger brauchen, bis die Folgen abgeklungen sind», erklärt uns Nico Bolzan. Er nahm vor sieben Jahren, direkt nach seinem Abschluss, seine Arbeit als Physiotherapeut in der Rehabilitation auf.

Personalisierte Zielsetzungen

Das Ziel des Physiotherapeuten: die Mobilität oder andere eingeschränkte Körperfunktionen wieder herzustellen. Die Patientinnen sollen ihre Alltagsaktivitäten schnellstmöglich wieder aufnehmen können. Darum definieren sie zusammen mit Nico Bolzan Ziele, welche dieser mit Messungen und Tests kontrolliert.

Diese Ziele sind den einzelnen Personen, ihren Lebensumständen und Interessen angepasst: Wer gerne und

oft Gartenarbeit macht, wird so schnell wie möglich wieder auf unebenem Gelände gehen, sich bücken und Unkraut jäten wollen. Wer nach einer Schulteroperation wieder zum Fischen gehen möchte, wird gezielte Übungen machen, um die Angel wieder sicher auswerfen zu können.

Wichtig ist, dass die Patienten nach dem Aufenthalt in der Klinik in eine ambulante Therapie gehen oder zumindest weiterhin Übungen machen. Auch solche Dinge plant Nico Bolzan mit ihnen gemeinsam. Wichtig ist dabei die Unterstützung durch das persönliche Umfeld. Das kann bis zu Umstrukturierungen oder baulichen Anpassungen des privaten Wohnraums gehen. Eine gute Kommunikation mit den Angehörigen ist für den Physiotherapeuten daher wesentlich.

Multi- und Interdisziplinarität

Um die individuellen Ziele zu erreichen, werden die Patientinnen, insbesondere beim stationären Klinikaufenthalt, täglich von verschiedenen Fachleuten therapiert und betreut. Dabei kommen viele medizinische Informationen zusammen. Diese werden im elektronischen Patientendossier abgelegt, auf



Nico Bolzan
30, Physiotherapeut FH,
arbeitet in der
Rehabilitationsklinik
eines Kantonsspitals

das alle beteiligten Fachleute Zugriff haben. Der stete Austausch im Behandlungsteam ermöglicht es, die Situation aus unterschiedlichen Perspektiven zu verstehen und die einzelnen Fachgebiete, wie Osteopathie, Neurologie oder Pneumologie, im Zusammenspiel zu sehen. «Wir alle haben die Möglichkeit, uns in verschiedenen Bereichen weiterzubilden. So habe ich beispielsweise eben auf dem Gebiet der Angiologie, also der Blut- und Lymphgefäße, einen Kurs besucht. Thema waren postoperative oder tumorbedingte Ödeme und Schwellungen.»

▼ Nico Bolzan hilft einer Patientin, das Gehen zu trainieren.



▼ Die Behandlung mit Ultraschall ist eine mögliche Ergänzung der Physiotherapie.





Neurologische Rehabilitation

Möglichst viel Autonomie wiedererlangen

Charlène Zufferey

28, Physiotherapeutin FH, arbeitet in einer Rehabilitationsklinik

Wie verlief der Weg zu Ihrer heutigen Stelle?

Als meine Mutter in eine Reha-Klinik musste, lernte ich die Arbeit der Physiotherapeutinnen kennen. Während meines Bachelorstudiums absolvierte ich ein Praktikum in einer Abteilung für Paraplegie und Tetraplegie. Danach wandte ich mich der Neurologie zu. Während des Masterstudiums konnte ich meine Kenntnisse in diesem Bereich vertiefen.

Wie arbeiten Sie mit den Patienten?

Viele leiden unter den Folgen eines Schädeltraumas, eines Schlaganfalls oder einer Rückenmarkverletzung. Ich helfe ihnen, sich im Bett zu drehen, zum Rollstuhl zu gelangen, Türschwellen zu überwinden oder ganz einfach wieder gehen zu lernen. Ich unterstütze die Patienten dabei, ein Maximum an Selbstständigkeit wiederzuerlangen. Dazu kümmere ich mich gezielt um Kraft, Tastvermögen, Muskeltonus oder Koordination – und schlage passende Übungen vor. Es gibt Einzel- oder Gruppensitzungen, die auch mal im Schwimmbad stattfinden.

Sie sind auch auf Schluckstörungen spezialisiert.

Ich finde heraus, was bei den Mahlzeiten möglich ist. Kann der Patient selber essen? Müssen bestimmte Nahrungsmittel anders zubereitet oder das Umfeld verändert werden? Auch hier ist die Rehabilitation der Mund- und Halsmuskulatur durch Übungen möglich: Sie verbessern die Wahrnehmung und stärken und dehnen die Muskulatur.

Mit wem arbeiten Sie zusammen?

Hauptsächlich mit Ergotherapeuten, Neuropsychologinnen, Logopäden, Ärztinnen und Pflegefachpersonen. In wöchentlichen Sitzungen kommen alle Therapeuten der verschiedenen Patienten zusammen. Ich nehme auch an internen Weiterbildungen, Abteilungskolloquien und Gruppenprojekten teil.



Physiotherapie für Kinder

Kreativität, Verständnis und Motivation

Lea Moinat
31, Physiotherapeutin FH, hat sich auf die Physiotherapie mit Kindern spezialisiert, arbeitet als selbstständig Erwerbende in einem kleinen Gesundheitszentrum

Lea Moinat lässt ein Mädchen mit Hohlkreuz Pfeile auf eine Zielscheibe schießen - auf einem Kissen liegend. Oder sie spielt mit ihr Tennis mit einem Luftballon - auf einem Bein. «Das hilft dem Mädchen, seine Haltung zu verändern. Es verlagert das Gewicht des Oberkörpers zu stark auf die Lendenwirbelsäule. Das kann zu Rückenschmerzen führen», erklärt die Physiotherapeutin. Als nächstes hilft Lea Moinat einem Säugling, der seine Bewegungen, Blicke und Liegepositionen sehr einseitig ausrichtet. Mit Rasseln animiert sie das Baby, auch mal in die andere Richtung zu schauen. Sie hilft ihm, sich in die gewünschte Richtung zu drehen. Und sie zeigt den Eltern Positionen, in denen das Baby das Heben des Kopfes trainieren kann.

Entdecken lassen

«Die Physiotherapie mit Kindern ist ganz anders als mit Erwachsenen», erklärt Lea Moinat. «Es braucht kreative, altersgerechte Ansätze, viel Verständnis sowie Motivationskunst. Auch die Eltern sind wichtig - denn ohne ihre Unterstützung ist die Physiotherapie wenig erfolgversprechend.» Lea Moinat macht ab und zu Hausbesuche. «Wenn ich sehe, wie die Kinder wohnen, erkenne ich manchmal, wo das Problem liegen könnte - oder finde in der Wohnung Gegenstände, mit denen die Kinder üben können. Sie sollen selber entdecken, was sie eigentlich können.»

Austausch ist wichtig

Lea Moinat betreut 8 bis 9 Kinder pro Tag. Für jedes nimmt sie sich 45 Minuten Zeit. «Administrative Aufgaben erledige ich in der Zeit, die dann noch bleibt.» Dass sie in einem Gesundheitszentrum arbeitet, ist für die Kinderphysiotherapeutin ein besonderer Vorteil. «Ich kann mich unkompliziert mit der Kinderärztin, der Kinderpsychologin oder den MPAs absprechen - oder mir Ratschläge von ihnen holen.»

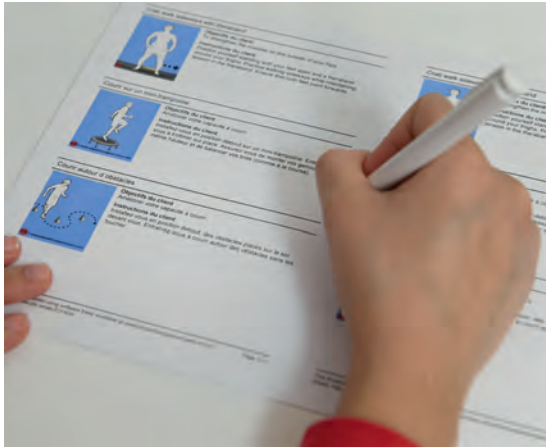


✓ **Bedürfnisse erkennen und Ziele setzen** Physiotherapeutinnen erkennen die Bedürfnisse der Patientinnen und legen gemeinsam mit ihnen die zu erreichenden Ziele fest.



^ **Anamnese und Tests**

Welche Krankengeschichte hat eine Patientin? Unter welchen Beschwerden leidet sie? Die Physiotherapeutin klärt diese Fragen, bevor sie klinische Tests durchführt.



> **Behandlungsplan erarbeiten**

Auf der Grundlage von Anamnese und Tests erarbeiten Physiotherapeuten einen Behandlungsplan. Sie stützen sich dabei auf die neuesten Erkenntnisse der Wissenschaft.



^ **Verschiedene Therapien einsetzen** Mobilisieren, Dehnen, Kräftigen, Lymphdrainage, Atemtherapie: Das sind einige Beispiele für die verschiedenen eingesetzten Behandlungsmethoden.

✓ **Physikalische Behandlungsmethoden** Wassertherapie, Elektrotherapie oder Wärmetherapie werden zur Unterstützung der Behandlung oder zur Linderung von Schmerzen eingesetzt.



< **Betreuung** Bei jeder Therapiesitzung überprüfen die Physiotherapeuten die Fortschritte anhand von Messungen, Tests und Übungen – und passen auch den Behandlungsplan entsprechend an.

✓ **Zusammenarbeit** Physiotherapeutinnen arbeiten eng mit anderen Gesundheitsfachleuten wie Ärztinnen, Pflegenden, Ergotherapeuten, Ernährungsberaterinnen oder Psychologen zusammen.



^ **Administrative Aufgaben** Sitzungen planen, Patientendossiers aktualisieren, Berichte schreiben: Auch das gehört zum Berufsalltag.

Arbeitsmarkt

Jedes Jahr absolvieren rund 500 Personen die Ausbildung zum Physiotherapeuten/zur Physiotherapeutin. Die Diplomierten haben keine Mühe, nach Abschluss der Ausbildung eine Arbeitsstelle zu finden. Es herrscht ein Mangel an Berufsleuten; ländliche Gegenden sind davon am stärksten betroffen. Die Schweiz muss deshalb zahlreiche Physiotherapeuten aus dem Ausland rekrutieren. Die Aussichten auf dem Arbeitsmarkt werden auch in Zukunft gut bleiben. Dazu tragen insbesondere die demografische Alterung und die zunehmende Bedeutung von ambulanten Behandlungen bei.

Von Spitälern bis zu Grossunternehmen

Physiotherapeuten können in Spitälern, Reha-Kliniken, Gesundheitszentren, Gruppen- und Einzelpraxen, Alters-, Pflege- und Behindertenheimen, Sportverbänden oder Vereinen tätig sein. Manche arbeiten für Profisportler. Auch grosse Unternehmen beschäftigen Physiotherapeutinnen, wo sie sich zum Beispiel mit ergonomischen Gestaltung von Arbeitsplätzen beschäftigen. Es gibt auch Arbeitsmöglichkeiten in der Forschung oder in der Ausbildung.

▼ Die Berufsleute können sich in vielen Bereichen spezialisieren lassen – zum Beispiel in der Physiotherapie für Kinder.

Vielfältige Spezialisierungen

Muskuloskeletal (Muskeln und Gelenke), Orthopädie, Sport, Neurologie, Geriatrie, Pädiatrie, psychosomatische und psychiatrische Beschwerden, Gynäkologie, Urologie, usw.: Die Palette an Spezialisierungsmöglichkeiten ist gross. Physiotherapeutinnen, die selbstständig arbeiten möchten, können beim Kanton eine Berufsausübungsbewilligung beantragen. Die Berufsleute können auch die Führung einer Praxis oder einer Institution übernehmen.

Blick in die Zukunft

Hochschulen und Berufsverbände möchten dem Fachkräftemangel in Zukunft mit dem Konzept der Advanced Physiotherapy Practice (APP) begegnen: Hochqualifizierte Physiotherapeutinnen können zusätzliche Verantwortungsbereiche übernehmen, wie z.B. postoperative Kontrollen, Medikamenten-Management, multidisziplinäre Behandlung von Notfallpatienten mit Atmungsproblemen usw. In Gesundheitsförderung und Prävention nimmt die Bedeutung der Physiotherapeutinnen laufend zu. Die Digitalisierung (zum Beispiel Apps mit Übungen, die die Patienten mithilfe ihres Smartphones machen können), Robotik (Entwicklung von steuerbaren Prothesen oder Hilfsmitteln) und immer komplexere Spezialdisziplinen stellen die Berufsleute vor zahlreiche Herausforderungen.

Verwandte Berufe

Osteopathinnen FH erstellen Diagnosen, indem sie Patienten beobachten, manuell untersuchen und Tests durchführen. Sie behandeln sowohl physische wie auch psychische Beschwerden. Die Behandlung erfolgt mit den Händen, durch Abtasten, Drucktechniken usw. **Ergotherapeutinnen** FH kümmern sich um Probleme, denen die Patientinnen im Alltag gegenüberstehen: sich in der Wohnung fortbewegen, anziehen, einkaufen, kochen usw. Ihre Arbeit umfasst insbesondere das Herstellen von bedürfnisgerechten Hilfsmitteln und die Gestaltung des Umfelds der Patienten. **Chiropraktiker/innen** (Uni) behandeln Funktionsstörungen und Schmerzen, die aufgrund von Verletzungen des Bewegungsapparats entstehen, insbesondere der Wirbelsäule. Sie wirken mit minimalem Kraftaufwand auf die Gelenke ein und beziehen auch Ergonomie und Ernährung mit ein. **Medizinische Masseur/Masseurinnen** BP führen Massagen von Hand oder mithilfe von Geräten durch, um den Gesundheitszustand der Patienten zu verbessern. **Psychomotoriktherapeuten** FH befassen sich mit dem Zusammenspiel von Körper und Psyche. Mithilfe von Tanztherapie, Entspannung, Körpersprache oder darstellerischen Ausdrucksformen versuchen sie, körperliche Funktionen, aber auch mentale und emotionale Fähigkeiten wiederherzustellen.

Mehr Informationen

www.berufsberatung.ch, für alle Fragen rund um Lehrstellen, Berufe, Aus- und Weiterbildungen

www.physioswiss.ch, Schweizer Physiotherapie Verband (Physioswiss)

www.berufsberatung.ch/lohn, alles zum Thema Lohn

Impressum

1. Auflage 2021
© 2021 SDBB, Bern. Alle Rechte vorbehalten.

Herausgeber:
Schweizerisches Dienstleistungszentrum Berufsbildung |
Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung SDBB
SDBB Verlag, www.sdbb.ch, verlag@sdbb.ch
Das SDBB ist eine Institution der EDK

Recherche und Texte: Jean-Noël Cornaz, Peter Kraft, SDBB; Alessandra Truatsch, Laura Braga, UOSP **Übersetzung:** Myriam Walter, Films
Fachlektorat: Fabienne Lüthi, Simone Marti, Cornelia Furrer, Physioswiss
Fotos: Thierry Parel, Genf; Viola Barberis, Claro; Frederic Meyer, Zürich
Grafik: Eclipse Studios, Schaffhausen **Umsetzung:** Roland Müller, SDBB **Druck:** Haller + Jenzer, Burgdorf

Vertrieb, Kundendienst:
SDBB Vertrieb, Industriestrasse 1, 3052 Zollikofen
Telefon 0848 999 001, vertrieb@sdbb.ch, www.shop.sdbb.ch

Artikel-Nr.: FE1-3129 (Einzelex.), FB1-3129 (Bund à 50 Ex.). Dieses Falblatt gibt es auch in Französisch und Italienisch.

Wir danken allen beteiligten Personen und Firmen ganz herzlich für ihre Mitarbeit. Mit Unterstützung des SBFI.

