

Praxisrichtlinien für die Anwendung der Prinzipien des motorischen Lernens in der Dysphagietherapie (Zimmermann et al. 2020)

| Praxisbedingung | Aspekt | Beschreibung | Empfehlung | Klinisches Beispiel für die Umsetzung |
|----------------------|--------------------------------------|--|-----------------------------------|--|
| Übungsmenge | wenig vs. viel | Geringe Anzahl von Schluckversuchen (< 50) vs. hohe Wiederholungsraten (> 100) (Kimberley et al., 2010) | Mehr ist besser. | <u>viel</u> : Ein Patient wird gebeten, mind. 50 wiederholte Schluckversuche in einer einzigen Sitzung zu leisten |
| Verteilung der Übung | gebündelt vs. verteilt | gebündelt: Übung einer bestimmten Anzahl von Versuche innerhalb einer kurzen Zeit verteilt: Üben einer bestimmten Anzahl von Versuchen über eine längere Zeitspanne | Zuerst gebündelt, später verteilt | <u>gebündelt (zu Beginn)</u> : Alle therapeutischen Schluckversuche werden kontinuierlich in einem kurzen Zeitraum ohne Pause durchgeführt. <u>verteilt (später)</u> : Therapeutische Schluckversuche werden in kurzen Blöcken über einen längeren Zeitraum angeboten. Sitzungen mit Pausen zwischen den einzelnen Übungsblöcken durchführen. |
| Übungsvariabilität | konstant vs. variabel | konstant: Übungsziel im gleichen Kontext variabel: Übungsziel in verschiedenen Kontexten | Variabel ist besser. | <u>konstant</u> : Schluckversuche werden mit demselben Material, Tempo, Timing auf immer dieselbe Art und Weise wiederholt. <u>variabel</u> : Schluckversuche werden mit unterschiedlichen Materialien, unterschiedlichem Tempo, zu unterschiedlichen Zeitpunkten auf verschiedene Art und Weise durchgeführt. |
| Übungsplan | stabil vs. zufällig | stabil: unterschiedliche Aufgaben in feststehenden aufeinanderfolgenden Blöcken zufällig: verschiedene Aufgaben nach dem Zufallsprinzip gemischt | Zufällig ist besser. | <u>stabil</u> : Zuerst wird ein Block mit schnellen (z. B. flüssigen) Schlucken und dann einen Block mit langsamen (z. B. halbfesten) Schlucken durchgeführt. <u>zufällig</u> : Mischen Sie verschiedene Schluckdynamiken und bieten Sie sie in zufälliger Reihenfolge an. (Material, Geschwindigkeit, Timing). |
| Aufgabenkomplexität | abschnittsweise vs. ganzheitlich | abschnittsweise: Üben eines Abschnitts der Bewegung ganzheitlich: Üben der gesamten Bewegung | Ganzheitlich ist besser. | <u>abschnittsweise</u> : Üben Sie für das Kauen die Lateralisierung der Nahrung mit der Zunge. <u>ganzheitlich</u> : Vollständige Kautätigkeiten üben |
| Aufmerksamkeitsfokus | Intern vs. extern | Intern: Fokus auf die Bewegung des Körperteils Extern: Fokus auf die Wirkung der Bewegung | Extern ist besser. | <u>intern</u> : Der Patient konzentriert sich darauf, wie er seinen seinen Kiefer beim Kauen bewegt. <u>extern</u> : Der Patient konzentriert sich darauf, wie gut das Essen gekaut wurde. |
| Art des Feedbacks | leistungsbezogen vs. ergebnisbezogen | Leistungsbezogen: Feedback in Bezug auf die Spezifika der Bewegungsausführung Ergebnisbezogen: Rückmeldung, ausschließlich bezogen auf die Korrektheit der Reaktion | Ergebnisbezogen ist besser. | <u>leistungsbezogen</u> : Patient erhielt Rückmeldung darüber, ob er seine Zunge adäquat bewegt. <u>ergebnisbezogen</u> : Der Patient erhielt eine Rückmeldung darüber, ob er ein bestimmtes Zungenstärkungsziel erreicht hat. |
| Feedback-Häufigkeit | häufig vs. seltener | häufig: Feedback nach jedem Versuch seltener: Rückmeldung nach mehreren Versuchen | Seltener ist besser. | <u>häufig</u> : Patient erhält Rückmeldung nach jedem Schluckversuch. <u>seltener</u> : Der Patient erhält Feedback nach jeweils fünf Schluckversuchen. |
| Feedback-Zeitpunkt | unmittelbar vs. verzögert | unmittelbar: nach jedem Versuch verzögert: mit einer Verzögerung | Verzögert ist besser. | <u>unmittelbar</u> : sofortige Rückmeldung nach Ausführung der Aufgabe <u>verzögert</u> : Der Patient erhält die Rückmeldung erst einige Sekunden, nachdem die Aufgabe abgeschlossen ist. |
| Feedback-Kontrolle | selbst vs. fremd | Selbst: intrinsisches Eigenfeedback Fremd: extrinsisches Feedback von außen | Selbstgesteuert ist besser. | <u>intrinsisch</u> : Patient erhält Informationen von seinem sensomotorischen System, um seine Leistung bei einer bestimmten Übung zu verbessern. <u>fremd</u> : Übungsqualität wird von der therapierenden Person verbalisiert und korrigiert. |