

21.–22. September 2026

## RSI: Behandlung alltagsbedingter Fehl- & Überbelastungen

Repetitive Strain Injury (RSI) ist eine Sammelbezeichnung für verschiedenartige Schmerzsymptome und umfasst Krankheitsbilder wie z.B. Sehnenscheidenentzündungen. Die Ursachen der RSI liegen in häufig wiederholten Bewegungen, v.a. der oberen Extremität. Kein noch so teures Diagnoseverfahren kann eine RSI entdecken, sondern nur eine sorgfältige Analyse des Bewegungsverhaltens der Betroffenen.



### Kursinhalt

- Erstellen einer Aktivitätsanalyse: Welche Bewegungen werden über einen längeren Zeitraum vielfach wiederholt?
- Verständnis der daraus resultierenden Fehlbelastungen & systemischen Veränderungen
- Vermeidungs- & Kompensationsstrategien
- Behandlungsstrategien: Neues & Altbewährtes unter neuer Sichtweise

### Kursziel

Die Teilnehmenden

- können RSI erklären
- erkennen RSI durch entsprechende Aktivitätsanalyse
- stellen eine Auswahl & Anwendung geeigneter Behandlungsmassnahmen zusammen
- können Individuelle Vermeidungs- & Kompensationsstrategien vermitteln

### Dozentin

Carmen-Manuela Rock

### Kursinfo

Theorie & Praxis

14 Kursstunden | max. 16 Teilnehmende

### Voraussetzung

Med. MasseurIn eidg. FA,  
Med. Therapieausbildung

📅 Mo – Di, 21. – 22. September 2026

🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr

📍 Schachenallee 29, 5000 Aarau

👥 vdms-asmm-Mitglieder CHF 380.00

👥 Nichtmitglieder CHF 560.00

👜 Mitbringen: Schreibmaterial