

Suchen, diskutieren, anwenden

Meine Erfahrung mit einem Journal Club Klinische Studien zu verstehen und wichtige Erkenntnisse in den Praxisalltag zu übernehmen, ist herausfordernd, weiß Physiotherapeutin Sonja Truckses. Ihr hilft dabei der Journal Club in ihrer Praxis. Dort diskutiert sie mit ihren Kollegen aktuelle Untersuchungen und Patientenfälle – davon profitieren alle und bleiben fachlich up to date.



Abb.: K. Lobstedt [ref1]
Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.

➔ In physiotherapeutischen Fachzeitschriften oder bei Vorträgen werden Themen wie Therapeutenkammer, Direct Access und Professionalisierung immer präsenter. Eine flächendeckende Hochschulausbildung für Therapeuten kann die Chance bieten, diese Veränderungen voranzutreiben. Das dabei erlernte evidenzbasierte Arbeiten hilft dem Therapeuten, den Behandlungsablauf zu strukturieren, und eröffnet Möglichkeiten,

Therapien gegenüber Kostenträgern besser zu rechtfertigen. Denn wenn nachgewiesen ist, dass eine Behandlung zum Erfolg führt und sogar kosteneffizienter gegenüber anderen Maßnahmen ist, gewinnt die Physiotherapie an Stellenwert.

Aber auch ohne diesen Hintergrund ist es ein großer Gewinn, zu forschen, Artikel zu recherchieren und ihre Bedeutung zu diskutieren. Denn häufig gelangt man im Praxisalltag

an einen Punkt, von dem aus man nicht mehr weiterkommt und auch die Kollegen keine Antworten parat haben. Dann ist es hilfreich, zu dieser Fragestellung recherchieren zu können. Das richtig zu machen, ist jedoch gar nicht so einfach. Und noch immer steht wissenschaftliches Arbeiten nicht auf dem Lehrplan aller Ausbildungsstätten [1]. Sich diese Kompetenz anzueignen ist oft den Therapeuten selbst überlassen und häufig mühsam.

Eine Gruppe für jedermann → Wertvoll kann es daher sein, sich mit dieser Thematik in einer Gruppe auseinanderzusetzen. Wenn das eigene Wissen von evidenzbasierter Therapie und Recherche gering oder veraltet ist, ist es hilfreich, sich mit Kollegen zusammenzutun, die darin geschulter sind. Doch auch wenn nicht alle Beteiligten über ein großes wissenschaftliches Know-how verfügen, kann das Treffen sehr wertvoll sein, denn die Teilnehmer können sich gegenseitig motivieren und in die Thematik einlesen. Dies ist die Grundlage eines Journal Clubs. Dort beleuchtet man wissenschaftliche Arbeiten näher, es gibt Raum für Diskussionen, und man kann von den unterschiedlichen Kompetenzen und Erfahrungen der Teilnehmer lernen. Denn es ist ein Treffen für jedermann, für den Bachelor- oder Masterabsolventen, der diese Vorgehensweise aus seinem Studium kennt, für den Therapeuten, der sich in diesem Feld weiterentwickeln möchte, und für den, der sich bisher noch nicht mit Primärliteratur auseinandergesetzt hat.

Mir persönlich fällt es oft schwer, Studien richtig zu lesen. Denn klinische Untersuchungen zu verstehen ist nicht wie Fahrradfahren, man muss es immer wieder üben, um es verstehen und anwenden zu können. Hilfestellung bieten mir dabei Nachschlagewerke wie „Wissenschaft transparent“ von Jan Mehrholz und Georg Supp, die darin kurz und bündig Grundbegriffe für Testverfahren und Studienformen erklären [2]. Denn durch prägnante Erläuterungen erleichtern sie es mir, mühsam Bedeutungen zu recherchieren.

Suchen, diskutieren, in die Praxis übertragen → Noch besser ist es, Themen in einer Diskussion mit Kollegen zu erörtern. Daher bin ich erfreut über das Angebot in unserer Praxis, an einem Journal Club teilzunehmen. Hier können wir voneinander lernen, denn einige von uns haben in diesem Bereich mehr Erfahrung als andere. Die Erfahrenen können der Gruppe beispielsweise Begriffe erklären und die Bedeutung eines Studienergebnisses für die Therapie aufzeigen. Darin besteht aktuell noch ein Hauptteil unseres Treffens. Um uns alle auf einen ähnlichen Stand zu bringen, nehmen wir

uns Zeit, Ausdrücke zu definieren, sie zu verstehen und auf die vorliegenden Studien anzuwenden. Uns ist es sehr wichtig, dass die Veranstaltung einen praktischen Nutzen hat. So entscheiden wir uns für Studien, die für die Mehrzahl der meist fünf bis sechs Anwesenden interessant und für den Praxisalltag relevant sind. Noch greifbarer wird es, wenn ein Kollege eine Fragestellung aus der Praxis in der Runde vorstellt und optimalerweise im Vorfeld zum Thema recherchiert hat. Während des Treffens erörtern wir die Frage und werten vorhandenes Studienmaterial aus. Falls dieses noch nicht gefunden wurde, suchen wir in Datenbanken passende Arbeiten gemeinsam.

Hilfreich ist, sich bei der Suche nach solchen Arbeiten eine PICO-Frage zu stellen (👁️ *PHYSIOPRAXIS* 7-8/16, S. 16). Diese Herangehensweise vereinfacht die Suche, ist aber häufig unbekannt. Es ist daher sinnvoll, dies auch im Rahmen des Journal Clubs zu üben. Nach dem Suchvorgang fokussieren wir uns auf die Inhalte. In unseren letzten Sitzungen haben wir diese gemeinsam debattiert, geklärt, ob die Ergebnisse wissenschaftlich signifikant sind und

was sie für die Praxis bedeuten. Ein interessanter Blickwinkel bot sich uns außerdem, als wir mehrere Studien und Metaanalysen untersuchten, die eine bestimmte Patientengruppe in den Fokus nahmen, und wir uns dabei nicht nur die Interventionen, sondern auch die Befundung anschauten. Auch die passenden Assessments und Tests prüften wir auf ihre Relevanz und Reliabilität. Den Bogen zur Praxis spannten wir, indem wir die Tests und Techniken an uns übten. Um die neu gewonnenen Erkenntnisse auch den Therapeuten unserer Praxis mitzugeben, die nicht am Journal Club teilnehmen, gibt es regelmäßig interne Fortbildungen und Handouts.

Die Chefs ins Boot holen → Wir haben unseren Journal Club auf einen Abend unter der Woche gelegt, damit möglichst viele Kollegen teilnehmen können. Die Treffen dauern etwa 90 Minuten und finden bisher noch unregelmäßig statt, was wir aber bald ändern wollen. Gewöhnlich recherchiert ein Kollege im Voraus zu einem Thema und schickt die Studien an

alle Beteiligten. Diese bereiten sich auf das Treffen vor, indem sie die Studien lesen und Fragen notieren.

Dankbar sind wir, dass unsere Chefs uns unterstützen, indem sie das Team regelmäßig über interessante und aussagekräftige Arbeiten informieren, die sich für unseren Club eignen. Außerdem unterstützen sie unser Vorhaben, indem wir die Zeit als Arbeitszeit verbuchen können.

Auch wenn solch eine Unterstützung nicht in jeder Praxis zu erwarten ist, möchte ich Arbeitgeber und -nehmer ermutigen, einen Journal Club einzuführen. Er kann die gesuchte Brücke zwischen Forschung und Praxis sein und bietet wunderbare Möglichkeiten, in der eigenen Professionalität voranzukommen und unsere Therapie zu verbessern. *Sonja Truckses*

📖 **Literaturverzeichnis**

www.thieme-connect.de/products/physiopraxis > „Ausgabe 10/18“

★ **Weiterlesen**

Weiterführende Infos

Critical Appraisal Tools – Die Studien-Checker
physiopraxis 10/17

Reviews und Metaanalysen – Perfekt für den Praxistransfer
physiopraxis 5/17

Core Outcome Sets – Studien vergleichbar machen
physiopraxis 11-12/16

Forschungsleitfaden für Gesundheitsfachberufe – Für eine saubere Methodik
physiopraxis 7-8/16

✍️ **Autorin**



Sonja Truckses ist Physiotherapeutin und schloss 2013 ihren Bachelor of Health an der Hanze Hogeschool in Groningen, Niederlande, ab. Seit 2017 arbeitet sie in der Physiotherapiepraxis PULZ im Rieselfeld in Freiburg.

”
Studien richtig zu lesen muss man regelmäßig üben.