

Was ist Physiotherapie?

Der Weltverband der Physiotherapeuten (= World Confederation of Physical Therapists = WCPT) hat eine Definition der Physiotherapie formuliert, in der die Bewegung im Mittelpunkt steht:

Physiotherapie ist eine Leistung, die nur durch oder unter der Leitung und Aufsicht eines Physiotherapeuten abgegeben wird, und beinhaltet die Bewertung, die Diagnose, die Planung, die therapeutische Handlung und die Neubewertung. Volle und funktionelle Bewegung stehen im Mittelpunkt dessen, was mit Gesundheit gemeint ist.

Anders ausgedrückt ...

- .. ist die Physiotherapie eine Bewegungstherapie, die mit speziellen Befund- und Behandlungstechniken bei Fehlentwicklungen, bei Verletzungen und Verletzungsfolgen oder Störungen organischer Funktionen angewandt wird. Dies beinhaltet die Behandlung von funktionsgestörten Gelenken; Stabilisierung überbeweglicher Gelenke; Wiederherstellung des Muskelgleichgewichtes durch Dehnung/Entspannung bzw. Aktivierung/ Kräftigung; Schmerzlindernde Maßnahmen; Einübung ökonomischer Haltung und Bewegung; Förderung arterieller Durchblutung und venös-lymphatischer Entstauung; Steigerung der Kreislaufleistung im Rahmen individueller Belastbarkeit; Beeinflussung der Atemmechanik und der Atemregulation; ergänzende Beratung in Aktivitäten des täglichen Lebens.

Manuelle Therapie/ Orthopädische Manuelle Therapie

Die Internationale Föderation für Orthopädische Manuelle Therapie (IFOMT), eine Untergruppe der WCPT, definiert die OMT wie folgt:

- Orthopädische Manuelle Therapie ist eine Spezialisierung innerhalb der Physiotherapie und liefert eine umfassende konservative Behandlung von Schmerzen und anderen Symptomen neuro-muskulärer und gelenkbedingter Dysfunktionen der Wirbelsäule und der Extremitäten. Orthopädische Manualtherapeuten arbeiten innerhalb des orthodoxen (= anerkannten) medizinischen Systems in enger Verbindung mit praktischen Ärzten. Sie sind verantwortlich für das Erstellen der klinischen physikalischen Diagnose und für die Entscheidung, ob der Patient für die Behandlung geeignet ist bei Beachtung der Vorsichtsmaßnahmen und Erkennung der Kontraindikationen.**

Manuelle Therapie/ Orthopädische Manuelle Therapie

- Die Anwendung der OMT beruht auf einer gründlichen Untersuchung des neuro-muskulären und artikulären Systems. Diese Untersuchung dient zur Bestimmung, in physikalischen Begriffen, der vorliegenden Dysfunktion im artikulären, muskulären und neuralen System.
- Gleichfalls zielt die Untersuchung auf die Unterscheidung der Bedingungen, bei denen eine Behandlung durch OMT kontraindiziert ist oder solchen, bei denen anatomische Anomalitäten oder pathologische Prozesse den Gebrauch von OMT-Verfahren begrenzen oder leiten. Das Hauptziel der OMT ist die Wiederherstellung der maximalen und schmerzfreien Funktion des neuro-muskulären Gelenksystems im Haltungsgleichgewicht."

Neues Foto
umbenannt 3

Kraniofaziale Therapie

Die kraniofaziale Therapie ist ein Behandlungskonzept, das sich besonders mit Beschwerden und/oder Störungen im Kopf-, Gesichts- und Kieferbereich befasst.

Anhand einer ausführlichen Befunderhebung wird das Problem des Patienten genau analysiert. Diese Untersuchung bezieht sich zunächst auf die Funktionsuntersuchung des Kiefergelenkes, des Schädels, des Nervensystems im Schädel- und Gesichtsbereich, sowie der Halswirbelsäule. Später werden auch andere Regionen wie Wirbelsäule, Schulter und Hüfte mit in betracht gezogen. Ziel ist das Finden von Störungen im Kopf-, Nacken und Gesichtsbereich.



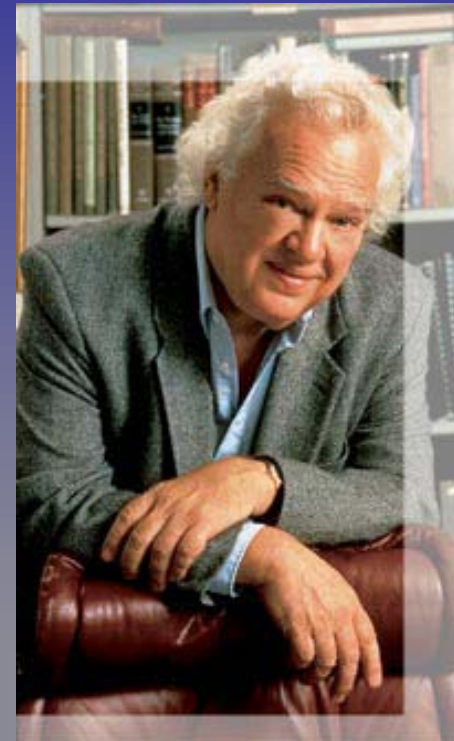
Kraniofasciale Therapie

Die Behandlung besteht einerseits aus manualtherapeutischen Behandlungstechniken im Kopf-, Nacken- und Gesichtsbereich, und andererseits aus einem Begleitprogramm. Dieses Begleitprogramm orientiert sich meist am individuellen Alltagsverhalten des Patienten.

Craniosacraltherapie

Cranio-sacral- Therapie ist eng verbunden mit dem Arzt und Osteopathen Dr. J. Upledger. Er hat durch wissenschaftliche Studien, Untersuchungen und Erfahrungen während seiner langjährigen Tätigkeit diese Behandlungsmethode entwickelt, die sich mit dem System von Hirn- und Rückenmarkshäuten und der sich darin befindlichen Flüssigkeit, dem Liquor cerebrospinalis, beschäftigt und es behandelt. Es erstreckt sich von den Knochen des Schädels, des Gesichtes und Mundes- dem cranialen Anteil- bis zu den Knochen des Beckens-dem sacralen Anteil.

Weil dieses wichtige System die Entwicklung und Funktionsfähigkeit des Gehirns und Rückenmarks beeinflusst, kann ein Spannungsungleichgewicht oder Restriktion innerhalb des Systems zu einer Vielfalt von Symptomen führen. Diese Probleme können mit chronischen Schmerzen, Sehstörungen, Wirbelsäulenprobleme, koordinative Veränderung, Lernschwierigkeiten und andere Beschwerden einhergehen.



Craniosacraltherapie

- Cranio-sacral-Therapie ist eine sanfte manuelle Methode zur Beurteilung und Behandlung des CranioSacralenSystems. Hierdurch werden die natürlichen Heilungsmechanismen des Körpers stimuliert, um somit das funktionelle Vermögen des ZNS zu steigern, die negativen Auswirkungen von Stress entschwinden zu lassen, den Widerstand gegen Krankheiten zu stärken und die Gesundheit zu unterstützen.
- Wie wird CranioSacral Therapie durchgeführt?
- Die Upledger CranioSacral Therapeuten verwenden leichte Berührung, meist nur fünf Gramm, um Restriktionen im CranioSacral System festzustellen und zu behandeln.
- Dies wird durch die Beobachtung des CranioSacralen Rhythmus an sämtlichen erreichbaren Stellen des CranioSacralen Systems ermöglicht. Diese Bewegung kann von erfahrenen Therapeuten an allen Stellen des Körpers gefühlt werden. Der direkte Kontakt der Knochen des Schädels und des Beckens lassen eine einfache Wahrnehmung zu.
- Eine Therapiesitzung dauert in der Regel 45-60 Minuten und wird bis jetzt nicht von Krankenkassen ersetzt oder bezuschusst.

Neurophysiologische Leistungen

- In den Behandlungen auf **neurophysiologischer** Grundlage wird bewußt der natürlich vorhandene Bahnungs- und Hemmmechanismus des Nervensystems unter Berücksichtigung der sensomotorischer Entwicklung genutzt, um gestörte Bewegungsmuster zu verbessern oder zur Norm zurückzuführen.
- Solche Behandlungen sind z.B.:
 - KG-N nach Bobath
 - KG-N nach PNF
 - KG-N nach Vojta
 - E-Technik
 - Brunkow



Vojta-Therapie

Störungen des Haltungs- und Bewegungsapparates insbesondere wenn sie durch Hirnfunktionsstörungen verursacht werden, erfordern eine sehr komplexe Behandlung. Bei der VOJTA-Methode werden „normale“ Bewegungsabläufe wie Greifen, Aufrichten und Laufen nicht primär gelernt, geübt und trainiert. Die Therapie regt vielmehr das Gehirn an, „angeborene, gespeicherte Bewegungsmuster“ zu aktivieren und als koordinierte Bewegungen in die Rumpf- und Gliedmaßenmuskulatur zu exportieren.

Unbenannt Kind

Vojta-Therapie

Mit der so genannten Reflexfortbewegung hat Vojta eine Methode entwickelt, die elementare Bewegungsmuster auch bei Menschen mit geschädigtem Zentralnervensystem und Bewegungsapparat zumindest in Teilbereichen wieder zugänglich macht. Es wird angenommen, dass durch wiederholtes Auslösen dieser „reflexartigen“ Bewegungen es gewissermaßen zu „Freischaltungen“ oder Neubahnungen innerhalb funktionell blockierter nervlicher Netzwerke zwischen Gehirn und Rückenmark kommt.

Klassische Massagetherapie (KMT)

Definition:

Physiotherapeutische
Behandlung von Gewebe und
Muskulatur durch Zug und
Druckreize



- Formen:
 - Klassische Massage
 - Reflexzonenmassage, z.B. Fußreflexzonenmassage
 - Bindegewebsmassage
- Wirkungen:
 - Spannungsregulierung der Muskulatur
 - Mehrdurchblutung
 - Stoffwechsellanregung
 - Schmerzlinderung

Manuelle Lymphdrainage

Definition: Manuelle Lymphdrainage ist eine weiche Grifftechnik, die den schnelleren Abtransport aus dem Gewebe ermöglicht.

- **Anmerkung:** Die Manuelle Lymphdrainage sollte immer in Verbindung mit einer Kompressionbandagierung einhergehen.

Manuelle Lymphdrainage

Anzuwenden bei:

- Ödemen nach operativen Eingriffen, z.B. nach Brust-OP
- Prostata-OP
- Entfernung von Lymphknoten
- Verletzungen
- Blutergüssen
- Bei Ödemen durch Schädigung des **Lymphgefäßsystems**
- Schwangerschaft
- Diabetes
- Zyklischen Ödemen



Elektrotherapie

Definition: Therapeutische Anwendung des elektrischen Stromes z.B. mit Wechselströmen höherer, mittlerer oder niedriger Frequenz und Gleichströmen wie z.B. Galvanischer Strom
Wirkung:

- Verbesserung der Durchblutung
- Schmerzlinderung
- Stoffwechsellanregung
- Spannungsregulierung



Thermotherapie

- **Wärmetherapie** ist die Behandlung mit gestrahlter (z. B. Infrarot) oder geleiteter (z.B. Fango) Wärme durch:
 - Heißluft
 - Heiße Rolle (mit heißem Wasser getränkte aufgerollte Frotteetücher, die Wärmeintensität bleibt durch Abrollen erhalten)
 - Ultraschall-Wärmetherapie zur gezielten Erwärmung, Stoffwechselsteigerung und Lösung von Gewebsverklebungen in tiefergelegenen Geweben (z.B. Muskulatur, Knochen und anderen Gelenksstrukturen)
 - Wärmepackungen mit Peloiden (z. B. Fango-Parafin, Naturfango oder Naturmoor)

Thermotherapie

- **Kältetherapie** ist die Behandlung mit intensiver Kälte in Form von:
 - Eiskompressen (in Eiswürfel getauchte bzw. mit Eiswürfeln gefüllte oder mit Salzwasser gefrorene Frottiertücher)
 - tiefgekühlten Eis-/Gelbeuteln
 - direkter Abreibung (Eismassage)
 - Eisteilbädern in Fuß- oder Armbadewannen
- Wärme- und Kältetherapie wird vielfach als vorbereitend und ergänzende Maßnahme für die weitere physiotherapeutische Behandlung eingesetzt.

Wie wirkt die Thermotherapie?

Wärme

- entfaltet ihre Wirkungen im Sinne einer Schmerzdämpfung und Durchblutungs- bzw. Stoffwechselsteigerung. Eine Muskelentspannung (Muskeldehnung) und Verbesserung der Elastizität von bindegewebigen Strukturen kann erreicht werden. Ein nicht zu unterschätzender Nebeneffekt ist die erholende Wirkung (vegetativ/psychische Entspannung).

Ultraschall:

- Durch mechanische Wellen wird ein Vibrationseffekt im Behandlungsgebiet erzeugt. Es kommt zu schmerzlindernden, durchblutungs- und stoffwechselsteigernden sowie muskelentspannenden Wirkungen. Gewebsverklebungen (Adhäsionen) können gelöst werden.

Kälte

- beeinflusst die Muskelspannung und führt bei kurzzeitigem Kältereiz zu einer Muskelspannungserhöhung. Kälte kann Schmerzen durch eine Herabsetzung der Nervenleitgeschwindigkeit und Dämpfung der Aktivität von Schmerzrezeptoren (Nozizeptoren) hemmen. Ebenso ist bei längerer Eis Anwendung ein positiver Einfluss auf eine krankhaft erhöhte Muskelspannung (Spastizität) möglich.

Was sind die Anwendungsgebiete der Thermotherapie?

In Kombination mit Bewegungstherapie/Krankengymnastik wird Wärme/Kälte zur Wirkungssteigerung in folgenden Anwendungsgebieten eingesetzt:

Wärme bei:

- Schmerzen im Bereich der Bewegungsorgane oder zur Entspannung, z.B. bei Muskelverspannungen

Ultraschall bei:

- örtlich begrenzten Schmerzen bei subakuten und chronischen Entzündungen im Bereich der Gelenke
- Gewebsverklebungen und Narben
- Sehnenansatzreizungen (Insertionstendopathien)

Kälte:

- zur Vermeidung von Schwellungen kurz nach Verletzungen und Operationen
- bei Schmerzen, z.B. akuten Rheumaschüben
- bei Lähmungen (z.B. Eistauchbädern bei spastischen und Eisabtupfungen bei schlaffen Paresen)

“Reflexzonentherapie am Fuß”

- Die Reflexzonentherapie am Fuß ist eine Therapieform, die sich im Laufe von vielen Jahren aus altem Volkswissen zu einer exakt ausgearbeiteten **Spezialtherapie** entwickelt hat.
- Sie hat zwar ihren Ausgangspunkt am Fuß, ist jedoch mehr als eine übliche Fußmassage, denn sie kann außer einer lokalen intensiven Durchblutung eine Verbesserung sämtlicher gestörter Organ- und Gewebefunktionen der Patienten bewirken. Die Therapie wird auf Nachfrage verordnet und meist privat abgerechnet.



„Reflexzonentherapie am Fuß“

- **Anwendung der Methode:**

Im Fuß haben alle Bereiche des Menschen ihre zugeordneten Stellen, die Reflexzonen, die seine augenblickliche Verfassung bildschirmähnlich im Kleinen wiedergeben.

- Der Therapeut arbeitet mit gezielten Griffen im wahren Sinne einer Be-HAND-lung, ohne Zwischenschaltung von Geräten oder anderen Hilfsmitteln, um die im Menschen gestörten Energieabläufe zu ordnen und zu harmonisieren, soweit dies möglich ist.

