

Krankengymnastik / Bewegungstherapie

Die Bewegungstherapie, auch Krankengymnastik genannt, beinhaltet verschiedene physiotherapeutisch angewandte Behandlungsmethoden und –techniken. Ausgangspunkt der Bewegungstherapie ist eine Anamnese (Untersuchung), bei der Funktionsstörungen des Stoffwechsels, der Durchblutung, der Beweglichkeit, der Koordination, der Kraft, der Ausdauer sowie der Schmerzen ermittelt werden. Ein gezieltes und an die Bedürfnisse des Patienten angepaßtes Übungs- und Behandlungsprogramm hat zum Ziel, die Selbständigkeit der Person in ihrem sozialen Umfeld nach einer Erkrankung, Verletzung oder auch begleitend bei chronischen Beschwerdebildern wieder aufzubauen bzw. zu erhalten. Dieser (Wieder-)Aufbau der körperlichen Leistungsfähigkeit trägt entscheidend zur Lebensqualität bei.

Bewegungstherapie ist kein statisches Verfahren, sondern ein dynamischer Vorgang, der sich an die zunehmende Belastbarkeit eines Patienten im Verlauf des Heilungsprozesses anpaßt. Sie beginnt häufig mit der körperlichen Entlastung oder schmerzbedingten Schonung des Kranken und geht bis zum gezielten Auftrainieren und Belasten im Alltag und die Berufserprobung.

Therapeutische Wirkung erzielt die Bewegungstherapie durch:

- Verbesserung der Beweglichkeit funktionsgestörter Gelenke
- Aktivierung und Kräftigung geschwächter Muskulatur
- Dehnung verkürzter Weichteilstrukturen wie Muskeln, Sehnen, Gelenkkapseln, Haut, Narben
- Wiederherstellung des Muskelgleichgewichts
- Koordinative Schulung von Bewegungsabläufen
- Durchblutungsförderung und Entstauung
- Reizsetzung auf herz-Kreislaufsystem, Atmung und Stoffwechselsystem

Am Anfang des Behandlungsprozesses überwiegen vorwiegend passive Maßnahmen, bei denen der Therapeut die Bewegungen ausführt. Häufig wird das Eigengewicht des behandelten Körperteils vermindert. Wird der Patient mit Fortschreiten des Heilungsprozesses weniger durch den Schmerz beeinträchtigt, treten die aktive Bewegungstherapie und das Belastungstraining in den Vordergrund. Neben den Bewegungsübungen führt der Therapeut auch eine Beratung des Patienten über die Möglichkeit zu Eigenübungen durch.

Bewegungstherapie wird angewendet bei:

- Schmerzen und Funktionseinschränkungen der Muskeln und des Skeletts
- Störungen in Gelenken und umgebenden Weichteilen nach Verletzungen, Entzündungen oder im Rahmen degenerativer Prozesse
- Koordinationstörungen und Lähmungen
- Einer gestörten Durchblutungs- und Stoffwechselsituation
- Störungen von Organsystemen, zum Beispiel Herz-Kreislauf- oder Lungen- und Bronchialerkrankungen

Kompetente und freundliche Beratung und Behandlung in Ihrer WellVita Naturheil- und Wellnesspraxis

Arsenalstraße 7; 19053 Schwerin

Tel.: 0385 / 4 83 84 38

Fax.: 0385 / 483 8437

Mobil: 0172 / 30 300 47

www.wellvita-schwerin.de