

## Therapieangebote bei Erkrankungen des Bewegungsapparates

Bei Erkrankungen des Bewegungsapparates gibt es verschiedene Therapieangebote, die wir Ihnen anbieten, die wir Ihnen in diesem Dokument gerne erläutern.

### Manuelle Therapie

Die manuelle Therapie ist eine komplexe Behandlung von Bewegungsstörungen. Sie befasst sich mit der Einheit Gelenk-Muskel-Nerv. Die Behandlung besteht aus:

- spezifischen Gelenkmobilisationen
- Dehnung verkürzter muskulärer Strukturen
- Kräftigung geschwächter Strukturen
- Gleichzeitig wird der Patient in Eigenarbeit geschult

Die therapeutischen Techniken unterstützen die Wiederherstellung der normalen Gelenkfunktionen und sollen diese erhalten.

### Klassische Massage

Diese Behandlung dient der mechanischen Beeinflussung von Haut, Bindegewebe und Muskulatur durch Dehnung, Zug- und Druckreize. Die Wirkung der klassischen Massage erstreckt sich von der behandelten Körperstelle über den gesamten Organismus und schließt auch die Psyche mit ein.

Wirkung der Massage:

- Durchblutungssteigerung
- Senkung des Blutdruckes und Pulses
- Entspannung der Muskulatur
- Lösung von Verklebungen und Narben
- Wundheilungsverbesserung
- Schmerzlinderung
- Wirkung auf innere Organe
- Psychische Entspannung und Reduktion von Stress
- Beeinflussung des vegetativen Nervensystems

### Elektrotherapie

Elektrotherapie ist die therapeutische Anwendung von Gleichstrom oder Wechselströmen. Dieses Verfahren wendet man zur Schmerzlinderung oder Muskelstimulation an, wobei Gleichströme oder Wechselströme durch die betroffenen Körperteile oder den ganzen Körper fließen. Mit Reizstrom werden schlecht versorgte Muskeln stimuliert, dadurch wird die Atrophie verlangsamt, der Muskel behält seine Spannungsfähigkeit.

Eine Sonderform ist die Iontophorese, wobei ein speziell geladenes Medikament über die Haut in das Gewebe eingebracht wird.

### **Ultraschalltherapie**

Ultraschall arbeitet mit mechanischen Longitudinalwellen, welche eine mechanische Vibrationswirkung als auch eine Reibungsenergie in Form von Wärme erzeugen. Besonders gut geeignet ist der Ultraschall bei:

- Tennisellebogen
- Entzündungen der Schulter
- Bursiten
- CTS (Carpaltunnelsyndrom)
- Ligamentären Verletzungen
- Entzündungen der Achillessehne

### **Wärmetherapie**

Therapien mit Wärme werden angewendet bei Erkrankung des Bewegungsapparates wie z.B.:

- Nackenschmerzen
- Kreuzschmerzen
- Gelenkbeschwerden
- Muskelverspannungen
- Muskelzerrungen

Die Wärmeanwendungen werden eingesetzt:

- zur Dehnbarkeit von Gewebe
- zur Durchblutungsförderung
- zur Schmerzlinderung

Für diese Therapie sind Fango (Naturmoor-Packungen), heiße Luft oder die heiße Rolle sehr gut geeignet.

### **Kryotherapie**

Als Kryotherapie bezeichnet man den Einsatz von Kälte, um einen therapeutischen Effekt zu bewirken.

Eingesetzt wird diese Therapie unter anderen bei:

- Gelenkbeschwerden
- Zerrungen
- Prellungen
- Sehnenscheidenentzündungen
- Schleimbeutelentzündungen

Sie wird auch gerne bei der Manuellen Therapie zur Schmerzlinderung angewendet.

### **Schlingentisch**

Der Schlingentisch in der Physiotherapie, ist eine metallische stabile Vorrichtung die für:

- Mobilisation
- Stabilisation
- sowie für Schmerzlinderung eingesetzt wird.

Der Patient wird durch Schlingen, welche an Seilzügen befestigt sind in eine angenehme, schmerzfreie Stellung gebracht. So ist es möglich einzelne Extremitäten oder Körperabschnitte „aufzuhängen“ und je nach Ausrichtung der Anwendung die Bewegungen ohne Schwerkraft durchzuführen.

### **Krankengymnastik**

Unter Krankengymnastik fallen verschiedene Behandlungsmethoden, aus den Bereichen:

- Orthopädie
- Neurologie
- Chirurgie
- Kinderheilkunde
- Innere Medizin

Zur Krankengymnastik gehören passive, assistive und aktive Behandlungen, die den Genesungsprozess unterstützen, sowie dauerhafte Effekte erzielen sollen z.B.:

- Verbesserung der Beweglichkeit und Koordination
- Kräftigung der Muskulatur
- Schmerzlinderung

Je nach Erkrankung werden die verschiedenen Behandlungsmethoden angepasst, um für Sie den besten Therapieerfolg zu erzielen.

### **Krankengymnastik am Gerät**

Diese Form der Krankengymnastik ist ein Training an speziellen Rehabilitationsgeräten zur Stärkung der Muskelkraft, Muskel- ausdauer und Leistungsfähigkeit.

Dieses Training wird durchgeführt:

- nach Operationen
- nach Verletzungen
- bei chronischen Erkrankungen des Bewegungsapparates (Wirbelsäulen- oder Gelenkerkrankungen)

Nach einem vorhergehenden Befund erstellt der Physiotherapeut einen individuellen Trainingsplan für den Patienten. Welcher Behandlungsschwerpunkt im Vordergrund steht, entscheidet zum einen der gesundheitliche Zustand des Patienten und zum anderen die körperlichen Voraussetzungen.

Durch ein gezieltes Training soll der Patient eine normale Beweglichkeit und Belastbarkeit der betroffenen Strukturen erreichen.