



Gesundheit durch physio- therapeutische Maßnahmen

**Eine Fachinformation über das Leistungs-
angebot Ihrer Abteilung für Physiotherapie**



HUFELAND KLINIKUM

Sehr geehrte Patienten,

in der Abteilung für Physiotherapie erwarten Sie ein engagiertes Mitarbeiterteam. Wir behandeln Patienten im stationären und ambulanten Bereich. Durch ständige Qualifizierung und Weiterbildung garantieren wir einen qualitativ hohen Stand der Therapie.

Die enge Zusammenarbeit mit Ärzten und Pflegekräften sichert eine optimale Behandlung. Wir haben uns entsprechend den Fachgebieten unseres Klinikums spezialisiert.

Dies spiegelt sich in der Ausstattung und dem Leistungsspektrum der beiden Standorte wider.

Die Physiotherapie bietet vielfältige Möglichkeiten bei der Behandlung von Erkrankungen des Bewegungsapparates, der Organe und des neuromuskulären Systems. Nach Unfällen oder schweren Krankheiten sind Physiotherapeuten in den Maßnahmen der Rehabilitation fest integriert. Aber auch in der Prävention können Sie von uns ein breites Angebot erwarten.

Die Physiotherapie arbeitet sowohl im therapeutischen als auch im präventiven Bereich. Eine Therapie ergibt sich als notwendige Maßnahme bei krankhaften Veränderungen. Sie erfolgt auf Verordnung des Arztes mittels Rezept.

Die Prävention umfasst vorbeugende gesundheits- und funktionserhaltende Maßnahmen ohne Notwendigkeit ärztlicher Verordnung auf Selbstzahlerbasis.

Es ist ratsam, sich von Ihrem Arzt eine Empfehlung für die Therapie einzuholen.

Unsere Mitarbeiter geben Ihnen dazu gern Auskunft. Die Behandlung ist in Gruppen-, aber auch in Einzeltherapie möglich.

Halten Sie sich fit!

Wir helfen Ihnen dabei.

Ihr Team der Abteilung für Physiotherapie



Unsere Abteilungen

Bad Langensalza

So erreichen Sie uns:

Abteilung für Physiotherapie
Handtherapeutische
Fachabteilung DAHTH

Standort Bad Langensalza
Telefon: 03603 855-232
Fax: 03603 855-484
E-Mail: physio.lsz@hufeland.de

Unsere Öffnungszeiten:
Mo. bis Do. von 07:30 bis 17:30 Uhr
Mi. und Fr. von 07:30 bis 16:00 Uhr

Termine zu anderen Zeiten sind nach Vereinbarung möglich.



Leiterin

Dörthe Genzel
Physiotherapeutin
Handtherapeutin DAHTH

Mühlhausen

So erreichen Sie uns:

Abteilung für Physiotherapie
Praxis für neurophysiologische
Therapieverfahren nach Bobath
und Vojta

Standort Mühlhausen
Telefon: 03601 41-1660
Fax: 03601 41-1167
E-Mail: physio.mhl@hufeland.de

Unsere Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. von 07:00 bis 16:00 Uhr

Termine zu anderen Zeiten sind nach Vereinbarung möglich.



Leiterin

Grit Marshaus
Physiotherapeutin

Manuelle Therapie

- manuelle Therapie
- Wirbelsäulentherapie nach Dorn und Breuß
- Triggerpunktbehandlung



Elektrotherapie

- Lasertherapie
- Reizstrombehandlungen usw.
- Ultraschall
- Kurzwele
- Cellvas-Therapie

Massagen

- klassische Massage
- Bindegewebsmassage
- Periostmassage
- Segmentmassage
- Colonmassage
- Extensionsmassage
- chin. Fußreflexzonenmassage
- manuelle Lymphdrainage
- manuelle Gelenkdrainage

Thermotherapie

- Naturmoorpackungen
- heiße Rolle
- Wärmestrahler
- Kryotherapie

sonstige Therapien

- Kinesiologie-Tape-Therapie
- Traktionsbehandlung
- Hydrotherapie (Teilbäder)



PNF

Schmerzlasertherapie

Historie

Lasersysteme finden in der Medizin seit ca. 40 Jahren vielfältigen Einsatz. In den vergangenen 10 Jahren hat die Lasertherapie auch in den Bereich der physikalischen Medizin Einzug gehalten. Sie ist eine effektive Behandlung bei schmerzhaften Erkrankungen des Bewegungsapparates.

Wirkungsweise

Das Laserlicht ist in der Lage, tief in das Gewebe einzudringen und eine hohe Energiemenge an das Gewebe abzugeben.

Es entstehen dabei folgende Wirkungen im Gewebe:

- Eine Umwandlung von Lichtenergie in Wärmeenergie. Die Wärme wird von vielen Patienten als sehr angenehm empfunden und hat die bekannten Wirkungen.
- Das Laserlicht führt zu einer biochemischen Reaktion. Es kommt zu einer Steigerung der Aktivität des Energiestoffwechsels in dem Gewebe, das führt zu einer Förderung der Regeneration bzw. Heilung von erkrankten Strukturen.
- Durch den thermischen Reiz an den Nozizeptoren (Schmerzsensoren) wird eine schmerzlindernde Wirkung erreicht.
- Über die segmentalen Reflexe wird zusätzlich eine Entspannung der Muskulatur bewirkt.

Anwendungsbereiche

Myopathie, Tendinopathie

- paravertebrale Rückenschmerzen
- Schulterbeschwerden durch Muskelfunktionsstörungen
- Muskelzerrungen oder Muskelrisse
- Tennis- und Golferellenbogen
- Achillessehnenbeschmerzen

Arthrosen

- Hüfte, Knie, Sprunggelenk
- Schultergelenk, Handgelenk, Daumengrundgelenk u. v. a.

Schmerzpunkte

- Triggerpunkte, Tenderpunkte

Sehnenscheidenentzündungen



Ablauf einer Therapie

- Die Behandlung ist sehr gut verträglich.
- Sie ist im Allgemeinen schmerzfrei, es kann lediglich ein starkes Wärmegefühl auftreten.
- Die Behandlung wird in der Regel in zwei Abschnitten ausgeführt. Bei der statischen Anwendung bleibt der Applikator auf dem Schmerzpunkt bis zur Wärmeschwelle bzw. der gewünschten Energiemenge. Im zweiten Abschnitt wird der Applikator dynamisch eingesetzt und dabei über eine größere Fläche bewegt, bis die gewünschte Energiemenge erreicht ist.

Unser Lasertherapiegerät

Wir setzen das Lasergerät „OPTON PRO“ der Firma Zimmer ein. Dabei handelt es sich um ein Gerät der neuesten Generation mit einer maximalen Leistung von sieben Watt. Dieses moderne Equipment bietet dem Therapeuten eine komfortable Bedienbarkeit und Anwendung am Patienten. Über einen Bildschirm lässt sich ständig der Verlauf der Behandlung erkennen sowie schnell und sicher das Gerät bedienen. Es werden zwei unterschiedlich wirkende Wellenlängen des Lichtes eingesetzt, dadurch wird eine höhere Leistungskategorie erreicht.

Das Praxisteam informiert Sie gern über einen individuellen Behandlungsplan und die entstehenden Kosten.



Zertifizierte „Handtherapeutische Fachabteilung DAHTH“

Die Abteilung für Physiotherapie am Standort Bad Langensalza bietet in Zusammenarbeit mit der Abteilung für Hand- und periphere Nerven Chirurgie stationäre und ambulante Behandlungen in der Handtherapie an, die auf dem modernsten Kenntnisstand bei der Handrehabilitation basieren.

Verantwortliche Mitarbeiterin für die Handtherapie ist Physiotherapeutin Dörthe Genzel. Sie absolvierte die umfassende Ausbildung zum Handtherapeuten DAHTH. Die Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Handtherapie (DAHTH) e. V. fordert in der Ausbildung das höchste Maß an fachlicher Qualifikation für die Handtherapie.

Zu den vielfältigen Therapiemöglichkeiten gehören u. a. der Schienenbau und die Spiegeltherapie. Mit Hilfe von speziell für den Patienten kurz nach der Operation angefertigten dynamischen Schienen ist es möglich, eine Frühmobilisation - z. B. nach Strecksehnenverletzungen - zu gewähren, um Verklebungen der Sehne und Bewegungseinschränkungen zu vermeiden.

Anwendungsbereiche

- Beuge- und Strecksehnenverletzungen
- komplexe Handverletzungen, z. B. Kreissägenverletzung
- Frakturen
- Band-, Kapselverletzungen, Muskelerkrankungen
- Nerven- und Gefäßverletzungen
- Nervenengpasssyndrome (Carpaltunnel- oder Sulcus-Ulnaris-Syndrom)
- Tennisellenbogen
- komplexe Schmerzsyndrome, z. B. CRPS
- Amputationen
- rheumatische Erkrankungen
- Muskelersatzplastiken



Spiegeltherapie



Schienenbau



manuelle Therapie



Handkräftigungsübungen

Standort Mühlhausen

Der Schwerpunkt unserer Abteilung liegt in der Behandlung von orthopädischen Erkrankungen. Unser Bewegungsbad gibt uns gerade für diese Patienten ein zusätzliches Behandlungsspektrum, welches uns von anderen Praxen abhebt.

Im ambulanten und stationären Bereich ist die Behandlung von Kindern mit zentralen Bewegungsstörungen eine wichtige Spezialisierung.

Ein eigens dafür eingerichteter Therapie-raum sowie eine in der Vojta-Therapie ausgebildete und zugelassene Therapeutin ermöglichen eine fundierte Behandlung unserer kleinen Patienten.

Ausstattung

Für die Gruppen- und Einzeltherapie stehen uns moderne und freundliche Behandlungsräume, Gymnastikraum, Bewegungsbad, Schlingentisch, Extensionsgeräte, Trainingsgeräte (Laufband, Ergometer) und eine Vielzahl von Kleingeräten zur Verfügung.

Unser Leistungsspektrum

Krankengymnastik

- allgemeine Krankengymnastik
- Atemtherapie
- Krankengymnastik nach Bobath für Erwachsene
- Krankengymnastik nach Vojta für Kinder
- Wirbelsäulentherapie nach Dorn und Breuß
- Triggerpunktbehandlung
- dreidimensionale manuelle Fußtherapie nach Zukunft - Huber
- manuelle Therapie
- Stemmführung nach Brunkow
- Krankengymnastik im Bewegungsbad (Therapiebecken)



Thermotherapie

- Naturmoorpäckungen
- heiße Rolle
- Wärmestrahler
- Kryotherapie

Massage

- manuelle Gelenkdrainage
- manuelle Lymphdrainage
- klassische Massage
- Bindegewebsmassage
- Periostmassage
- Segmentmassage
- Colonmassage
- Extensionsmassage
- Fußreflexzonenmassage
- Akupressurbehandlung
- Schröpfen
- Schröpfmassage
- Unterwassermassage
- Hot Stone Massage

Elektrotherapie

- Reizstrombehandlungen usw.
- Stangerbad
- Zwei- und Vierzellenbad
- Ultraschall
- Kurzwelle

Sonstige Therapien

- Traktionsbehandlungen für Halswirbel- und Lendenwirbelsäule
- Kinesiologie-Tape-Therapie



Bitte nutzen Sie auch unseren Präventionskurs:

Wassergymnastik im Bewegungsbecken nach dem Motto „Bewegung hält fit und macht Spaß!“

Dieser Kurs ist nur als Gruppentherapie (Mindestteilnehmerzahl 8 Personen) möglich.

Für nähere Informationen und bei Interesse stehen Ihnen die Mitarbeiter der Abteilung für Physiotherapie gern zur Verfügung.

Bewegungsbad als Therapiemöglichkeit

Das Umfeld Wasser wird schon seit Jahrtausenden für therapeutische Zwecke genutzt. Im Wasser geht alles viel leichter, da Muskeln, Sehnen und Gelenke nicht überlastet werden. Widerstand, Druck, Auftrieb und Temperatur des Wassers sind die wichtigsten Faktoren für eine gesunde Wassergymnastik, die positiv auf Ihren Körper und seine Bewegungen wirken. Eine Therapie im Bewegungsbad bietet den Vorteil, dass sanft das Herz-Kreislauf-System angeregt und trainiert, aber der Bewegungsapparat geschont wird. Erleben Sie die heilenden Kräfte des Wassers, denn unser Ziel ist Ihre Gesundheit.



Wie ist unser Bad angelegt?



Das Bewegungsbad gehört zur herausragenden Therapiemaßnahme der Physiotherapie. Dennoch gibt es so ein Bad nicht in jedem Krankenhaus. In unserer Klinik am Standort Mühlhausen wurde das Bewegungsbad im Jahr 2000 nach modernsten Gesichtspunkten erbaut und verfügt mit einer Gesamtfläche von 90 m² und einer Beckengröße von 25 m² über den Komfort eines kleinen Hallenbades. Die Temperatur des Wassers beträgt mindestens 32°C. Ein umlaufender Gang um das Becken ermöglicht unseren Therapeuten eine optimale Position zum Patienten. Sofern es erforderlich ist, befindet sich unser Therapeut auch im Wasser beim Patienten. Das Bad ist, wie die gesamte Abteilung, behindertengerecht eingerichtet und mit dem Rollstuhl gut zu befahren. Ein Patientenlift und eine Treppe ermöglichen jedem Patienten einen bequemen Zugang zum Wasser. Neben diesen besonderen Baulichkeiten verfügt unser Bewegungsbad über eine Vielzahl von Hilfsmitteln und Geräten, die für zahlreiche Wasserübungen zur Verfügung stehen. Das Wasser wird zweimal am Tag durch unsere Mitarbeiter auf Chlorgehalt und pH-Wert überprüft, somit gewährleisten wir eine einwandfreie Wasserqualität. Diese ist selbst für Säuglinge geeignet.

Im Wasser ...

- werden Gelenkbelastungen durch den Auftrieb des Wassers auf ein Minimum reduziert.
- kräftigen Sie Ihre Muskulatur durch Bewegungen gegen den Wasserwiderstand.
- lockern und massieren Sie Ihre Muskulatur durch die Massagewirkung des Wasserdrucks.
- trainieren Sie durch dynamische Bewegung und kontrollierte Belastungsdosierung Ihr Herz-Kreislauf-System.
- fördern Sie den venösen Rückfluss des Blutes durch den Druck des Wassers auf die venösen Gefäße.
- entspannen Sie durch erlebte Schwerelosigkeit.
- können Gleichgewicht, Koordination, Beweglichkeit und die Leistungsfähigkeit in idealer Weise trainiert werden.

Der Spaß im Element Wasser und die leichteren Bewegungsmöglichkeiten stärken das Wohlbefinden. Bewegung im Wasser ist auch Balsam für Menschen, deren Gelenke bereits Verschleißerscheinungen haben.



Das Schöne daran: Therapien im Bewegungsbad können von jedem betrieben werden, auch von Menschen, die schon lange keine sportliche Betätigung mehr hatten.

Bei welchen Erkrankungen sind Behandlungen im Wasser geeignet?

- bei orthopädischen Erkrankungen
- nach akuten Verletzungen an Bändern, Sehnen und Knochen
- bei neurologischen Erkrankungen, die mit Spastiken und Lähmungen verbunden sind
- bei Osteoporosepatienten (keine Sturzgefahr, sanftes Training der Strukturen)
- bei Stress- und Erschöpfungszuständen
- zur Entlastung der geplagten Rückenmuskulatur bei Schwangeren
- zu Gewichtsreduktion mit Hilfe eines geeigneten Bewegungsprogramms für Übergewichtige
- für Kinder (Säuglinge bis Jugendliche) mit orthopädischen-, neurologischen-, Stoffwechselerkrankungen und Entwicklungsstörungen
- auch für Neugeborene, weil durch das Babyschwimmen die Sinne Sehen, Hören und Fühlen trainiert werden.

Wer darf keine Therapie im Bewegungsbad durchführen?

Nicht alle Menschen sind für eine Therapie im Bewegungsbad geeignet. Aus medizinischer Sicht dürfen Menschen mit

- Allergien auf Wasserinhalte, z. B. Chlor,
- Trommelfelldefekten,
- Infektionskrankheiten, Grippe, fieberhaften Erkrankungen,
- offenen Verletzungen, Geschwüren,
- Hautleiden, Pilzinfektionen,
- Atemfunktionsstörungen (Asthma),
- dekompensierter Herzinsuffizienz,
- einem Herzklappenfehler,
- starkem Bluthochdruck,
- Anfallskrankheiten (Epilepsie),
- vorzeitigen Wehen, drohender Frühgeburt,
- einer Risikoschwangerschaft und
- Psychosen

keine Therapie im Bewegungsbad durchführen.

Was bieten wir an?

- Gruppengymnastik im Bewegungsbad unter dem Motto: „Bewegung hält fit und macht Spaß!“



Unser Bewegungsbad bietet eine Vielzahl an Kursen.

- Schwangeren- und Babyschwimmen durch die Abteilung für Geburtshilfe
- Wassergymnastikkurse über die Volkshochschule
- Präventionskurse
- Einzeltherapien
- Außerdem nutzen verschiedene Selbsthilfegruppen unser Bad, wie z. B. die Morbus Bechterew-Gruppe.

Alle Angebote sind für Nichtschwimmer geeignet.

Wie können Sie eine Behandlung erhalten?

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, unser Bewegungsbad zu nutzen. Ihr Hausarzt oder ein Facharzt kann bei Ihnen eine Therapie als notwendige Maßnahme bei krankhaften Veränderungen verordnen. Sie erhalten dazu ein Rezept. Sie können auch selbst etwas für Ihre Gesundheit tun. Die Prävention umfasst vorbeugende gesundheits- und funktionserhaltende Maßnahmen ohne die Notwendigkeit einer ärztlichen Verordnung. Dabei ist es jedoch ratsam, dass Sie sich von Ihrem Arzt eine Empfehlung für die Therapie im Wasser einholen.

Wir beraten Sie gern über unser Angebot und die vorhandenen Möglichkeiten in unserer Abteilung.

Zertifizierte neurologische Kindertherapie nach Vojta



Vojta-Therapie

Die Vojta-Therapie ist eine zertifizierte Spezialbehandlung, die von Geburt an bis ins hohe Alter durchgeführt werden kann.

In unserem Klinikum am Standort Mühlhausen haben wir uns auf die Behandlung von Säuglingen und Kindern bis zum 18. Lebensjahr spezialisiert. Ein eigens dafür eingerichteter Therapieraum sowie eine in der Vojta-Therapie ausgebildete und zugelassene Therapeutin ermöglichen eine fundierte Behandlung unserer kleinen Patienten stationär und auch ambulant.

Verantwortliche Mitarbeiterin für die Vojta-Therapie ist Physiotherapeutin Sandra Bellstedt. Sie absolvierte die umfassende Ausbildung zur Vojta-Therapeutin.



Die Internationale Vojta Gesellschaft e. V. (IVG) bildet seit mehr als 35 Jahren qualifizierte Vojta-Therapeuten und -Ärzte aus. Tausende von bewegungs- und entwicklungsgestörten Säuglingen, Kindern und Erwachsenen konnten mit der Vojta-Therapie seither erfolgreich behandelt werden.

Die Nachfrage nach der Vojta-Therapie ist sehr groß, da das Einzugsgebiet über den Unstrut-Hainich-Kreis hinausgeht.



Bei Säuglingen ist das Zentralnervensystem noch sehr formbar. Die jeweiligen Nervenbahnen im Gehirn sind oftmals lediglich blockiert, stehen aber grundsätzlich zur Verfügung.

Bei der Vojta-Methode werden „normale“ Bewegungsabläufe wie Greifen, Aufrichten und Laufen nicht primär gelernt, geübt und trainiert. Die Vojta-Therapie regt vielmehr das Gehirn an, „angeborene, gespeicherte Bewegungsmuster“ zu aktivieren und als koordinierte Bewegungen in die Rumpf- und Gliedmaßenmuskulatur zu exportieren. Störungen des Haltungs- und Bewegungsapparates erfordern eine sehr komplexe, oft langwierige Behandlung. Um bestmögliche Erfolge zu erzielen, müssen therapeutische Maßnahmen so früh wie möglich einsetzen. Mit der Vojta-Therapie lassen sich Bewegungs- und Entwicklungsstörungen bereits in den Anfängen erfolgreich behandeln.



Anwendungsbereiche:

- zentrale Koordinationsstörungen im Säuglingsalter
- Bewegungsstörungen als Folge von Hirnschädigungen
- Lähmungen der Arme und Beine, verschiedene Muskelerkrankungen
- Erkrankungen und Funktionseinschränkungen der Wirbelsäule
- Schädigungen der Schultern und Arme, der Hüfte und der Beine - insbesondere im Wachstum
- Mitbehandlung von Fehlentwicklungen der Hüfte
- Probleme der Atmungs-, Schluck- und Kaufunktion

Außerdem besitzt unsere Vojta-Therapeutin eine zusätzliche Qualifizierung zur Behandlung von Fußfehlstellungen. Diese Methode nennt man „Dreidimensionale Fußtherapie nach Zukunft - Huber“, die man zusätzlich unterstützen durch eine kinesiologische Tapeanlage kann.



Man unterscheidet folgende Behandlungsmöglichkeiten, zu denen wir Ihnen hier einige Informationen geben möchten.

Manuelle Therapie



Manuelle Therapie heißt wörtlich „Heilbehandlung mit den Händen“ und steht für eine systematische physiotherapeutische Untersuchung und Behandlung des Gelenk-, Muskel- und Nervensystems. Ziel ist es, Beschwerden wie Schmerzen und Bewegungsstörungen zu lindern, indem nicht nur Symptome behandelt werden. Die Manuelle Therapie will die Ursachen verstehen und daran arbeiten, diese zu beseitigen. Passive mobilisierende Techniken sowohl auch aktive stabilisierende Übungen kommen hierbei zum Einsatz.

Krankengymnastik

Krankengymnastik sind befundgerecht ausgewählte Übungsformen, die rationell, adäquat in angepasster Reizserie eine Funktionsverbesserung anstreben. Störungen am Bewegungsapparat, allgemeine und spezielle Funktionsverluste werden über gezielte Bewegung vorteilhaft beeinflusst.

Sie wird in allen Bereichen der Medizin eingesetzt, vor allem in der Orthopädie/Traumatologie, Neurologie, Inneren Medizin, Pädiatrie und Gynäkologie.

Dazu gehören u. a. Schmerzreduktion, Kraft- und Mobilitätstraining, Ausdauertraining, Koordinationsverbesserung und Kompensierung von Schäden an den Bewegungsorganen.

Zur Krankengymnastik gehört z. B. auch die Bewegungsbehandlung bei inneren Erkrankungen als Mittel z. B. zur Steigerung der Leistungsfähigkeitkraft, als Herz-Kreislauf-Training, zur Prophylaxe und Rehabilitation.



PNF

PNF ist eine Übungstechnik von Komplexbewegungen. Dadurch werden Muskelkräftigung, Verbesserung der Koordination und Vergrößerung des Bewegungsraumes erreicht.

Bobath

Bobath ist eine spezielle Behandlungsmethode bei Schlaganfallpatienten zur Bahnung normaler Haltungsreaktionen und Bewegungsabläufe.

Massage

Die Massage ist eine mechanische, systematische, schichtweise Durcharbeitung der äußeren Gewebsschichten des Körpers zu Heilzwecken. Sie zählt mit zu den wichtigsten Verfahren der physikalischen Therapie. Als Gesamteffekt sind dadurch u. a. Entspannung, Geweberegeneration, Verbesserung der Durchblutung, vor allem der Muskulatur, Lockerung verspannter Muskeln und Schmerzlinderung zu erreichen.

Periostmassage

Periostmassage ist eine Form der Reflexzonenmassage. Das Periost (Knochenhaut) ist eine bindegewebsartige Hülle, die den Knochen umgibt. Es schützt und ernährt die Knochensubstanz. Dieses Verfahren kann bei mehreren Krankheiten, die mit Schmerzzuständen verbunden sind (z. B. Kopfschmerzen, Arthrose, Rückenleiden, Tennis-Ellenbogen), eingesetzt werden.

Segmentmassage

Mit der Segmentmassage können Beschwerden im Bereich des Rückens, des Beckens, des Brustkorbs sowie des Nackens und des Kopfes gelindert werden. Dabei werden bestimmte Abschnitte des Rückens (Segmente) massiert, die mit den Bereichen durch das Rückenmark verbunden sind.

Colonmassage

Bei der Colonmassage handelt es sich um eine sehr ruhige, sanfte Form der Massage an festgelegten Punkten des Bauchraumes. Besonders bei chronischer Verstopfung, aber auch bei Spannungsgefühlen und Krämpfen im Bauchraum wird

diese gern angewandt und kann hier sehr hilfreich sein.

Extensionsmassage

Für die gesamte Schulter- und Nackenmuskulatur ist dies eine besonders gezielte und wirksame Art der Massage. Die Behandlung besteht aus einer Kombination von Massage und Dehntechniken. Lokale Verspannungen sowie Kopf- und Migränebeschwerden werden hierbei durch die Mobilisation der Halswirbelsäule, ergänzt durch entspannende, ausgleichende Nackengriffe, gelindert.

Manuelle Lymphdrainage

Dieses Verfahren ist eine sanfte Methode, um den Rückfluss der lymphpflichtigen Lasten (u. a. Wasser, Fette, tote Zellen, Hyaluronsäure, Eiweiße) anzuregen. Ziel der manuellen Lymphdrainage und der komplexen physikalischen Entstauungstherapie ist es, einen gestörten Lymphabfluss zu verbessern oder wieder herzustellen.

Akupressurbehandlung

Akupressur ist eine Heilmethode, die traditionell in der chinesischen Medizin angewandt wird. Durch Druck der verschiedenen charakteristischen Akupressurpunkte im Körper wird eine Schmerzlinderung erzielt. Erfolgreich wird die Akupressurbehandlung bei Rückenschmerzen, Kopfschmerzen und zur Entspannung eingesetzt.

Schröpfen

Beim Schröpfen wird mit Hilfe von Sauglocken ein Unterdruck auf bestimmten Hautarealen erzeugt. So entsteht ein Reiz im Organismus, der Blockaden auflöst.

Thermotherapie

Zur sogenannten Thermotherapie gehören die Wärme- und Kältetherapie. Wärme- und Kältetherapien werden vielfach als vorbereitende und ergänzende Maßnahmen für die weitere physiotherapeutische Behandlung eingesetzt.

Wärme

Wärme entfaltet ihre Wirkung im Sinne einer Schmerzdämpfung und Durchblutungs- beziehungsweise Stoffwechselsteigerung. Sie wirkt muskelentspannend und kann die Elastizität von bindegewebigen Strukturen verbessern. Zum Einsatz kommen Moorpackungen, Infrarotstrahler, heiße Rolle, Paraffin.

Kälte (Kyrotherapie)

Bei dieser Behandlung werden durch Kälteanwendungen entzündliche Prozesse gedämpft, der Schmerz gehemmt und Spannungszustände vermindert.

Zur Anwendung kommen z. B. Kältegepackungen, Eisstifte und gekühlte Tücher.

Heiße Rolle

Die Heiße Rolle besteht aus zwei oder mehr Handtüchern, welche trichterförmig aufgerollt und dann mit heißem bzw. kochendem Wasser durchtränkt werden. Die heiße Rolle wirkt entspannend und entkrampfend für Muskelpartien, bringt Schmerzlinderung auch für Gelenke, ist schleimlösend und insgesamt durchblutungsfördernd.

Elektrotherapie

Elektrotherapie ist die Bezeichnung für den therapeutischen Einsatz elektrischen

Stromes. Er wird vorwiegend in der Schmerztherapie angewendet. Während der Anwendung durchfließen Gleich- oder Wechselströme den Körper oder Körperteile. Durch Elektroden, die an der Hautoberfläche befestigt werden, oder über Elektroden in einem Wasserbad können die entsprechenden Spannungen zugeführt werden.



Cellvas-Therapie

Die Cellvas-Therapie ist eine hochentwickelte Form der Elektrotherapie. Die Zellen im Körper werden stimuliert und vitalisiert und die Stoffwechselaktivität wird gesteigert. Besonders geeignet ist diese Mikrostromtherapie bei Erkrankungen des Bewegungsapparates mit Wundheilungsstörungen (Rheuma, Arthrose, Schuppenflechte oder Fibromyalgiesyndrom).

Stangerbad

Das Stangerbad ist ein elektrisches Bad, bei dem Gleichstrom oder Impulsstrom verwendet werden, welche durch den Körper fließen. Dieses Verfahren dient der Muskelentspannung und stimuliert die Muskel- und Nerventätigkeit.

Sonstige Therapien

Lasertherapie

Hochwirksame Schmerztherapie mit lokaler Wirksamkeit direkt am Schmerzzort und systematischer Schmerzhemmung. Zusätzlich bewirkt die Biostimulation eine rasche Regeneration des Gewebes.



Propriozeptives Training

Durch das Gleichgewichtsstabilisations-training und die während des Trainings bewusste Wahrnehmung von Gelenkposition und -bewegung ergibt sich eine unbewusste automatisierte Gelenkstabilisierung durch Reflexwirkung.



Hydrotherapie

Die Hydrotherapie ist eine Behandlung durch Anwendung von Wasser in vielfältigen Varianten. Sie wirkt als Reiztherapie durch mechanisch-thermische und/oder chemische Hautreizung.

Traktionsbehandlung

Auf einem mechanischen Zugapparat (Schlingentisch) wird der Körper gesamt oder partiell in Traktionen und Extensionen gebracht. Diese Methode kann für alle Gelenke angewandt werden.

K-Active Therapie

Kinesiologisches Tape wurde bereits in den 80er Jahren vom japanischen Konzern Nitto Denko in Zusammenarbeit mit einem japanischen Chiropraktiker entwickelt und für die Methode „Kinesiologisches Taping“ verwendet.

Das Hauptziel besteht darin, körpereigene Heilungsprozesse durch ein spezielles Material bzw. durch die entsprechende Anlagetechnik zu unterstützen.

Weniger Schmerzen durch mehr Bewegung?

Unsere Physiotherapeuten haben sich auf die Suche nach einer Lösung begeben.



Durch das Kleben eines kinesiologischen Tapes können verschiedene Problemstellungen beseitigt werden. So kann das Tape feine sensorische Informationen über die Rezeptoren der Haut an den gesamten Körper weitergeben. Dadurch werden körpereigene Heilungsmechanismen ange-regt, Schmerzzustände reduziert und damit die Bewegung verbessert.

Die Wirksamkeit des Tapes erklärt sich durch die Verbesserung des Lymphsystems und der Mikrozirkulation durch Druckentlastung der Rezeptoren, über die Schmerzdämpfung, durch Korrektur von Gewebestrukturen, durch eine verbesserte Muskel-funktion und über den positiven Einfluss auf innere Organe.

Die scheinbar einfach aussehende Therapie wurde in der Gesamtheit von unseren speziell ausgebildeten Physiotherapeuten in einer Weiterbildung erlernt und verstanden.

Damit können wir für unsere Patienten optimale Behandlungsergebnisse erreichen.

Sollten Sie im Anwendungsbereich ihre Problemstellung wiederfinden, dann nutzen Sie doch einfach die Gelegenheit, um Ihre medizinischen Probleme mit einer sehr effektiven und ohne Nebenwirkung auskommenden Therapie nachhaltig zu verbessern oder sogar komplett zu beseitigen.

Die ganzheitliche Betrachtungsweise des menschlichen Körpers mit seinen vielfältigen Vernetzungen über Strukturen wie z.B. Haut, Faszien, Muskeln, Meridianen usw., bildet die therapeutische Grundlage des K-Active Taping.

Anatomische Kenntnisse sowie ein eingehender Sicht- und Funktionsbefund mittels Screening- und Muskeltests in Verbindung mit Haut- und Faszienverschiebungen sind unentbehrlich, um die Dysfunktionen im Körper vollständig zu erfassen.

Zentrale Anlagen wie z. B. im Brust- und Bauchbereich führen bereits zu allgemeinen Verbesserungen der Körpersysteme (Bodyconditioning) und sind Grundlagen von autoreparativen Prozessen. Lokale Anlagetechniken im Bereich der gestörten Strukturen schließen sich an. Eine erneute Durchführung der Tests muss die Richtigkeit der Anlage bestätigen.



Die positiven Ergebnisse des Kinesio- logischen Tapings werden u. a. erklärt durch:

- Normotonisierung der Muskulatur
- Verbesserung der Mikrozirkulation
- Aktivierung des lymphatischen Systems
- Aktivierung des endogenen, analgetischen Systems
- Unterstützung der Gelenkfunktionen
- positiver Einfluss auf die Funktion der inneren Organe



Anwendungsbereiche (Beispiele):

Schmerz, Bewegungseinschränkung, funktionelle Dysfunktionen, Sportverletzungen, Arthrose, Wirbelsäulen-/Bandscheibenprobleme, Muskelverspannungen, Ischialgien, ISG-Probleme, Haltungsschwäche, Kopfschmerzen, Migräne, Epicondylitis, Carpal-Tunnel-Syndrom, Lymphödeme, Lähmungen, Polyneuropathie, Menstruationsbeschwerden, Rückbildung und Nachsorge nach der Geburt, Harninkontinenz u. v. m.



Anlagekomfort und -dauer

Durch die Materialeigenschaft und die richtige Anlage wird das K-Active Tape bereits nach wenigen Minuten als nicht störend empfunden. Aktivitäten des täglichen Lebens wie z. B. Arbeit, Sport und Freizeit werden durch das Tape nicht eingeschränkt, sondern eher gefördert. Durch das wasserabweisende Material ist es ohne Probleme möglich, zu duschen oder zu baden ohne den Verband wechseln zu müssen.



Die Hauptwirkung des K-Active Tapings wird in den ersten 3 bis 5 Tagen nach der Anlage erwartet. Positive Wirkungen im Bezug auf das Beschwerdebild nach längerer Anlagedauer werden ebenfalls sehr oft beobachtet. Allergische Reaktionen werden nur in seltenen Fällen registriert und sind häufig bedingt durch vorhergehende oder aktuelle Medikamenteneinnahme sowie manchmal auch durch erhöhten Alkohol- und Nikotinkonsum. Falsche Anlagetechniken können

ebenfalls zu negativen Reaktionen führen. Aus diesem Grund sollte die Tapeanlage von einem geschulten medizinischen Fachpersonal angelegt bzw. der Patient oder Sportler eingewiesen worden sein.

K-Active Therapie als Privatmedizin

Die K-Active Therapie inklusive Taping fällt zurzeit nicht unter die verordnungsfähigen Leistungen und muss somit vom Patienten selbst getragen werden. Die Kosten variieren je nach zeitlichem Aufwand und der Menge des Materials.

Die K-Active Therapie kann zusammen mit vielen anderen Therapien in einem Gesamtkonzept oder auch als eigenständige Behandlung angewendet werden.





HUFELAND KLINIKUM

Abteilung für Physiotherapie

Rudolph-Weiss-Straße 1–5, 99947 Bad Langensalza

Telefon: 03603 855-232

Fax: 03603 855-484

E-Mail: medizin.lsz@hufeland.de

Standort Mühlhausen:

Abteilung für Physiotherapie

Langensalzaer Landstraße 1, 99974 Mühlhausen

Telefon: 03601 41-1255

Fax: 03601 41-2100

E-Mail: medizin.mhl@hufeland.de

www.hufeland.de