

» Therapiefelder «



remedia

Folgende Therapieformen sind Bestandteil der Behandlung:

a) Medizinische Kräftigungstherapie

Dieser Bereich setzt an einer zentralen Grundfunktion des Körpers, der Kraft, an. Schon nach wenigen Wochen der Schonung oder Immobilisation fängt der Körper an, Muskelgewebe abzubauen. Durch Schmerz wird dieser Effekt noch verstärkt. Ziel der medizinischen Kräftigungstherapie ist ein systematischer Belastungsaufbau mit Rücksicht auf die regenerativen Prozesse in dem geschädigten Gewebe.

b) Verhaltens-/Belastungstraining

„Sie dürfen nicht mehr als 10 Kilo heben!“ oder „Bücken ist schlecht für den Rücken!“. Wer mit diesen oder ähnlichen Sätzen lange genug konfrontiert wird, fängt an, sie zu glauben, schont sich mehr, bückt sich weniger – und bekommt mehr Probleme! Viele chronische Patienten kennen diesen Teufelskreis, der aber durch ein gezieltes Verhaltens- und Belastungstraining durchbrochen werden kann. Neben vielen nützlichen Informationen steht das Aufbrechen körperlicher wie geistiger Fehlhaltungen im Zentrum dieser Maßnahme.

c) Ärztliche Leitung und Kontrolle

Ihr Therapieprogramm wird unter ärztlicher Leitung zusammengestellt und während Ihrer Therapie kontinuierlich überprüft. Hierzu werden Kraft- und Beweglichkeitsmessungen erhoben sowie das Schmerzverhalten kontrolliert.

d) Koordinations-/Sensomotoriktraining

Um einen physiologischen Bewegungsablauf herzustellen, Ausweichbewegungen abzutrainieren und eine bessere neuromuskuläre Ansteuerung der Alltags- und sportartspezifischen Bewegung zu erreichen, werden gezielt einzelne Bewegungsmuster separat gefördert und Gelenkrezeptoren sowie Muskelspindeln und Tiefenwahrnehmung systematisch angesprochen.

c) Physikalische Therapie

Als begleitende Maßnahmen zur aktiven Therapie bietet die Physikalische Therapie mit klassischer Massage, Lymphdrainage, Wärme- und Kälteanwendungen und Elektrophysiotherapie wichtige passive Unterstützungsmöglichkeiten bei einer Vielzahl von Reizzuständen und Überlastungserscheinungen.

d) Sportartspezifisches Athletik-/ Aufbautraining

Das Ziel, unsere Patienten nicht nur arbeitsfähig, sondern auch wieder sporttauglich für ihre eigene Disziplin zu machen, steht im Mittelpunkt des Aufbau- und Athletiktrainings. Hierbei soll der Gesamtorganismus wieder an die Belastungen des Wettkampfes herangeführt werden. Geleitet durch unsere Therapeuten, zum großen Teil selber erfahren im Leistungssport, werden individuelle Programme zur optimalen Vorbereitung mit Ihnen erarbeitet.

e) Arbeits-/Alltags-/Sozialfunktionstraining

Viele Menschen müssen in ihrem Alltag oder Beruf körperliche Belastungen wie langes Stehen oder Sitzen, schweres Heben oder Tragen u.ä. bewältigen. In der Therapie wird diesen Situationen gesondert Rechnung getragen. Ergonomische Hebe- und Tragetechniken werden erläutert und eingeübt sowie Korrekturmöglichkeiten für den Alltag aufgezeigt.

f) Neuromuskuläres Training

Häufig haben Patienten nach akuten Schmerzepisoden oder Operationen Probleme, trotz saniertem Gewebeschaden einzelne Muskeln oder Muskelgruppen gezielt anzusprechen. Dies wiederum führt zu einer fortschreitenden Atrophie des Muskels und einer zunehmenden Instabilität des davon stabilisierten Gelenks. Über gezielte Bahnungstechniken kann hier Abhilfe geschaffen werden.

g) Physiotherapie

Die Physiotherapie bildet die Basis der ambulanten Rehabilitation. Sie dient der strukturellen Analyse der vom Patienten geschilderten Beschwerden. Die Physiotherapie hilft bei der funktionellen Einordnung der Beschwerden in das gesamte Bewegungssystem und gibt Hinweise für die manuelle Behandlung. Danach richten sich die therapeutischen Möglichkeiten und werden die Therapieziele mit dem Patienten vereinbart.

remedia | Zentrum für Rehabilitation, Physio- & Wirbelsäulentherapie | Hein & Stief GbR
Kasinostraße 36 | 64295 Darmstadt Telefon: 0 61 51-397679-0 | Fax: -397679-20

E-Mail: post@zentrum-remedia.de | www.zentrum-remedia.de