



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Rezept (auch als Selbstzahler möglich)

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen
Seite 12 – 18 Privatleistungen

Bindegewebsmassage

Die Bindegewebsmassage ist eine manuelle Reiztherapie mit tangentialen Zugreizen an Bindegewebszonen (Haut, Unterhaut und Faszien). Neben den lokalen Effekten am Ort der Massage werde auch Fernwirkungen auf innere Organe erzielt (bsp. Herz, Lunge, Niere, Darm).

Indikationen:

Erkrankung des Bewegungsapparates, Verdauungsstörungen, Nieren- und Blasenbeschwerden, Verspannungen und Verklebungen der Muskulatur

Therapeutische Wirkung:

Förderung der Durchblutung und des Stoffwechsels, Linderung von Organproblematiken, Förderung von Gelenks- und/ oder muskuläre Strukturen

CMD-Behandlung

Die CMD (Craniomandibuläre Dysfunktion) steht als Oberbegriff für Krankheitsbilder im Kiefergelenk bzw. der Kaumuskulatur sowie dazugehöriger Strukturen im Mund- und Kopfbereich.

Indikationen:

Kiefergelenksbeschwerden, Therapiebegleitung bei kieferorthopädischer Behandlung, Verspannte Kaumuskulatur (bsp. durch Stress), Schulter-Nacken-Problematik

Therapeutische Wirkung:

- Förderung der Beweglichkeit im Kiefergelenk
- Lösen von Verspannungen/ Verhärtungen der Kaumuskulatur
- Entspannung
- Heilung der Harnwege, Atmungsorgane, Haut
- Operationsvorbereitung/ -nachsorge
- Bei Menstruationsbeschwerden, Kinderwunsch, Belastungen von Mutter und Kind während der Schwangerschaft/ nach der Geburt



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Rezept (auch als Selbstzahler möglich)

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen
Seite 12 – 18 Privatleistungen

D1-Kombi

Standardisierte Kombination von drei oder mehr Maßnahmen der Physiotherapie aus dem Bereich der aktiven Maßnahmen (KG, KG-Gerät oder MT) und passiven Maßnahmen (Massagen, thermotherapeutische Anwendungen oder elektrotherapeutische Anwendungen).

Indikationen:

- Schmerzen durch Gelenkfunktionsstörung, Gelenkblockierung (wie ISG oder Kopfgelenke), Gelenkfunktionsstörungen, Bewegungsstörungen, Kontrakturen
- Funktionsstörungen oder Schmerzen durch Fehl- oder Überbelastung
- Muskeldysbalance, -insuffizienz, -verkürzung segmentaler Bewegungsstörungen, motorische Paresen von Extremitätenmuskeln/ sensomotorische Defizite
- Schmerzen/ Funktionsstörungen durch Muskelspannungsstörungen; Verkürzung elastischer und kontraktiler Strukturen, Gewebequellungen, -verhärtungen, -verklebungen

Behandlungsschwerpunkte (aktiver und passiver Bewegungseinschränkungen) wie z.B. nach:

- Hüftoperationen
- Bandscheibenoperationen
- konservative behandelte Bandscheibenvorfälle
- chronisch oder chronisch entzündliche Wirbelsäulenerkrankungen
- Frakturen
- Operationen mit Gelenkersatz
- Amputationen

Therapeutische Wirkung:

- Verbesserung der Beweglichkeit funktionsgestörter Gelenke
- Aktivierung und Kräftigung geschwächter/ gelähmter Muskulatur
- Wiederherstellung des Muskelgleichgewichts
- Schmerzlinderung bei Störungen der Gelenkfunktionen, der Muskelspannung, der Trophik, der Durchblutung oder bei Schwellungen



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Rezept (auch als Selbstzahler möglich)

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen
Seite 12 – 18 Privatleistungen

- Verbesserung/ Normalisierung von Muskeltonus, Muskellänge oder von Weichteilstrukturen
- Verbesserung der Gewebetrophik und Durchblutung, Ödemminderung

Fango/ Wärme/ Heiße Rolle

Fango (ital. „Heilschlamm“) ist Schlamm aus Vulkangestein und enthält Thermalwasser sowie Mineralstoffe, die aus dem Gestein gelöst sind. Die Fangopackung wird auf ca. 50° C erhitzt und auf die zu behandelnde Körperstelle aufgelegt. Die sog. „feuchte Wärme“ der Packung überträgt sich auf den Körper und erzielt dort eine Durchblutungsförderung in Haut- und Muskelschichten.

Die Behandlung mit Fango dient u.a. auch sehr gut als vorbereitende Maßnahme vor einer Massage oder Manuellen Therapie.

Indikationen:

- Hexenschuss, Ischias, Rücken-, Schulter- und Nackenschmerzen
- Muskelverspannungen, insbesondere in den Bereichen Rücken und Knie.
- Störungen der Durchblutung und des Stoffwechsels.
- Bindegewebs- und Muskelrheumatismus
- Chronisch rheumatische Gelenkerkrankungen
- Verkrampfungen
- Prellungen und Verstauchungen
- Sehnenscheidenentzündung
- Muskelverhärtung

Therapeutische Wirkung:

- Förderung der Durchblutung
- Linderung von Schmerzen
- Entspannung der Muskulatur
- Lockerung des Bindegewebes (wie Sehnen und Bänder)



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Rezept (auch als Selbstzahler möglich)

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen

Seite 12 – 18 Privatleistungen

Klassische Massage

Die klassische Massage (auch schwedische M.) findet seit Jahrzehnten weltweit therapeutische Anwendung und gehört daher zur bekanntesten Massageform.

Sie verfügt über fünf Handgriffe, die in den unterschiedlichen Phasen der Massage angewendet werden:

1. Effleurage (Streichung) | 2. Petrissage (Knetung) | 3. Friktion (Reibung) | 4. Tapotement (Klopfung) | 5. Vibration (Schwingung)

Indikationen:

- Verspannungen, Verhärtungen, chronischen Nackenschmerzen, Stress
- Erkrankungen des Bewegungsapparates (Wirbelsäulen-Syndrome oder auch posttraumatische Veränderungen)
- Erkrankungen der inneren Organe
- neurologische Erkrankungen (Paresen, Spastiken, Neuralgien und Sensibilitätsstörungen)
- psychosomatische Krankheitsbilder

Therapeutische Wirkung (vielfältige Fern- und Allgemeinwirkung):

- vagotone Wirkung führt zur Verbesserung von Blutdruck, Puls, Atmung und Schlaf
- psychische Wirkung/ Entspannung
- verbesserte Blutzirkulation im Kreislauf
- myokardale Leistungssteigerung des suffizienten Herzens
- innere Organe
- reflektorische Reaktionen z. B. bei der Frakturbehandlung auch im nichtbehandelten, aber zum Segment gehörenden Körperteil
- endokrine Wirkung

KG im Schlingentisch

Die Behandlung im Schlingentisch ermöglicht für diverse Körperregionen ein leichtes Bewegen (gefühlte Schwerelosigkeit). Schmerzhaftes Alltagsbewegungen fühlen sich leichter an, da die Belastung auf Gelenken sowie der Wirbelsäule reduziert ist. Da oftmals die Schmerzempfindungen nachlassen, kann ein schonendes und schmerzfreies Training erfolgen. Die KG im Schlingentisch lässt sich ideal mit anderen Therapieformen kombinieren.



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Rezept (auch als Selbstzahler möglich)

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen

Seite 12 – 18 Privatleistungen

Krankengymnastik

Krankengymnastik wird zur Vorbeugung, Behandlung und Nachsorge vieler Krankheiten aus nahezu allen medizinischen Fachbereichen eingesetzt. Sie umfasst sowohl aktive als auch passive Therapieformen und verfolgt das Ziel, die Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des Körpers zu verbessern oder wieder herzustellen.

Therapiebeispiele:

- Krankengymnastik mit/ ohne Gerät
- manuelle Therapie
- Klassische Massage
- Fango/ Wärme
- Reizstrom

Therapeutische Wirkung:

- Förderung der Beweglichkeit (aktive und funktionelle Übungen)
- Vermeidung von Versteifungen und Schmerzen (passive Mobilisation)
- Stärkung geschwächter Muskeln (kräftigende Übungen)
- Entspannungsübungen verspannter Muskeln
- Atemübungen bei Atemwegserkrankungen (Lockerung, Mobilisation, Sekretlösung, Erleichterung der Atmung)

Krankengymnastik am Gerät (KGG)

Gemäß trainingswissenschaftlichen Aspekten werden während der Krankengymnastik am Gerät Verbesserungen der Muskelfunktionen sowie des Gelenk- und Stützgewebes erreicht.

Die KGG findet Anwendung nach Operationen, Verletzungen oder chronischen Beschwerden. Durch das gezielte Training soll eine normale Beweglichkeit und Belastbarkeit der betroffenen Strukturen gewährleistet und der Alltag wieder beschwerdefreier gestaltet werden.



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Rezept (auch als Selbstzahler möglich)

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen
Seite 12 – 18 Privatleistungen

Kryotherapie/ Kältetherapie

Anwendungsgebiete finden sich in der Traumatologie (Behandlung von Verletzungen und Wunden) und Rheumatologie (Behandlung chronisch deg. Gelenkerkrankungen).

Indikationen:

- Postoperative lokale Gewebereizzustände (z. B. Schwellungen)
- Traumatische Arthritis, Rheumatische Arthritis, Gichtarthritis, Aktivierte Arthrose (Gelenkverschleiß)
- Hämatome (Blutergüsse), Kontusionen (Prellungen), Distorsionen (Verstauchung)
- Akute Periarthritis (Weichteilreizung/-entzündung), Tendovaginitis (Sehnenscheidenentzündung), Bursitis (Schleimbeutelentzündung)
- Periostose (Knochenhautverbreiterung)
- Ödembehandlung bzw. Prophylaxe
- Schmerzhaftes Muskelverspannungen im Bereich der lumbalen Wirbelsäule
- Lokale Verbrennungen

Therapeutische Wirkung:

Stoffwechselsteigerung, Schmerzlinderung, Ödemminderung, Verbesserung der Beweglichkeit

Manuelle Lymphdrainage

Die Anwendungsgebiete der manuellen Lymphdrainage sind breit gefächert. Vor allem dient sie als Ödem- und Entstauungstherapie ödematöser Körperregionen, wie Körperstamm und Extremitäten, die nach Traumata oder Operationen entstehen können. Diese Therapie wird häufig auch nach einer Tumorbehandlung bzw. Lymphknotenentfernung verschrieben.

Indikationen:

- Bei Ödemen (Wassereinlagerungen im Gewebe und/ oder in Gelenken)
- Primäre und sekundäre Lymphödeme, Lipödem
- Nach Unfällen oder Operationen
- Fastenbegleitung (Entgiftung)



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Rezept (auch als Selbstzahler möglich)

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen
Seite 12 – 18 Privatleistungen

Therapeutische Wirkung:

Förderung des Lymphabflusses durch Ausstreichen, Verbesserte Bewegungsfreiheit durch sinkendes Spannungsgefühl

Manuelle Therapie

Bei dieser Therapieform werden spezielle Handgrifftechniken eingesetzt, um Bewegungsstörung im Bereich der Extremitätengelenke oder der Wirbelsäule zu lokalisieren und zu analysieren.

Indikationen:

Bewegungsstörungen des Bewegungsapparates, Schmerzen im Gelenk-, Muskel- und Bindegewebsbereich

Therapeutische Wirkung:

Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit, Reduktion von Schmerzen

Marnitztherapie

Die Marnitztherapie gehört zur Behandlungsmethode der physikalischen Therapie und zeichnet sich durch kleinflächig gezielte Tiefenmassagen an Muskulatur, Faszien, Sehnen, Bändern und Gelenken aus. Durch reflektorische Reize werden erhöhte Spannung der Muskulatur gemindert, die Öffnung von Kapillaren und Mikrozirkulationen sowie der Lymphabfluss gefördert, Schmerzen gelindert und Funktionen der Bereiche verbessert.

Indikationen:

Verspannung/ Verhärtung der Muskulatur, Erkrankung des Bewegungsapparates, nach Tumorerkrankungen

Therapeutische Wirkung:

punktueller Behandlung → Linderung der Beschwerden, lokale Förderung des Lymphabflusses, Lösen von Verspannungen, Verbesserung der Beweglichkeit



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Rezept (auch als Selbstzahler möglich)

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen
Seite 12 – 18 Privatleistungen

Nervenmobilisation

Durch die spezifische Nervenmobilisation sollen Schmerzen und Bewegungseinschränkungen beseitigt werden. Mittels dynamischer Bewegungen wird das Nervengewebe und die umliegenden Strukturen insoweit beeinflusst, dass Schmerzen reduziert und die Mobilität des Nervengewebes verbessert bzw. erhalten wird (Tonusregulierung).

Indikationen:

Eingeschränkte Beweglichkeit der Nervengleitfähigkeit, funktionelle Störung peripherer Nerven

Therapeutische Wirkung:

Abbau des entzündlichen Ödems im Bereich des Nervengleitgewebes, Verbesserung von sensiblen, vegetativen und motorischen Funktionen peripherer Nerven

Periostmassage

Die Periostmassage (aus der Kategorie Reflexzonenmassage) beeinflusst nicht nur lokal am Ort der Behandlung, sondern wirkt auch auf weiter entfernt liegende Organe.

Während der Massage drückt der Therapeut mit den Fingerkuppen rhythmisch auf bestimmte Punkte des Periosts (Knochenhaut).

Das Anwendungsgebiet berücksichtigt Krankheiten mit Schmerzzuständen wie z.B. Kopfschmerzen, Arthrose, Rückenleiden, Schulterbeschwerden, Fibromyalgie oder Tennis-Ellenbogen. Positive Fernwirkungen auf innere Organe beispielsweise bei Verdauungsbeschwerden oder Blasenstörungen.

Indikationen:

Knochenhautentzündung, Kopfschmerzen, Arthrose, Fibromyalgie, Tennisellenbogen

Therapeutische Wirkung:

Steigerung von Durchblutung und Stoffwechsel, Schmerzreduktion



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Rezept (auch als Selbstzahler möglich)

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen
Seite 12 – 18 Privatleistungen

PNF

Die propriozeptive neuromuskuläre Fazilitation (PNF) ist ein physiotherapeutisches Analyse- und Behandlungskonzept. Das Hauptziel liegt in der Optimierung und Ökonomisierung des Bewegungsverhaltens. Pathologisch veränderte Bewegungsabläufe sollen wieder normalisiert werden. Dabei werden die im zentralen Nervensystem verankerten, gesunden Bewegungsmuster genutzt, um bsp. eine Normalisierung der Muskelspannung, Förderung der motorischen Kontrolle, Verbesserung der Koordination herzustellen.

Indikationen:

neurologische Erkrankungen, orthopädische Beeinträchtigungen, nach chirurgischen Behandlungen

Therapeutische Wirkung:

Erlernen und Verbesserung physiologischer Bewegungsmuster

Reizstrom

Die Reizstromtherapie nutzt die hohe Leitfähigkeit des menschlichen Organismus, indem über Elektroden, die auf die Haut geklebt werden, Strom durch den Körper geleitet wird, um gezielte Muskelkontraktionen zu verursachen. Anwendung findet die Therapie bei Verletzungen oder zum Muskelaufbau.

Indikationen:

- Nervenstimulation bei:
Tumorschmerzen, chronisch degenerativen Wirbelsäulenleiden, Wurzelkompressionssyndromen, Phantomschmerzen nach Querschnittlähmung oder Amputation
- Muskelstimulation:
zur Atrophieverhinderung bei längerer Ruhigstellung oder bei Reinnervation, bei peripheren Neuropathien, primären Myopathien und Periarthropathien
- Lokale Wärmewirkung in Gewebsschichten bei:
Arthrosen, chronischer Polyarthritis, Myotendinosen, periostalen Reizungen

Therapeutische Wirkung: Heilungsbeschleunigung, Muskelaufbau



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Rezept (auch als Selbstzahler möglich)

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen
Seite 12 – 18 Privatleistungen

Segmentmassage

Die Segmentmassage behandelt einzelne Segmente des Körpers, die in Verbindung mit Bereichen des Rückenmarks stehen. Darunter fallen 24 Segmente: 12 Brust-, 5 Lenden-, 6 Kopf- und 1 Steißbeinsegmente. Zu den Hauptwirkungen zählen die reflektorische Beeinflussung auf innere Organe (bsp. Durchblutungsverbesserung) und die Erhöhung der Muskelaktivität. Beschwerden im Bereich des Rückens, Brustkorbs, Beckens, Kopf und Nacken sollen gelindert werden.

Ultraschalltherapie

Mittels Ultraschall werden Wärme und Gewebebewegung im Körperinneren erzeugt, die zur Schmerzlinderung beitragen und den Selbstheilungsprozess unterstützen.

Während der Therapie können sowohl erkrankte Stellen lokal behandelt, als auch zuführende Nerven stimuliert werden. Zur optimalen Schallübertragung werden die zu behandelnden Stellen mit einem Kontaktgel bedeckt.

Indikationen:

Myalgien, chronische Muskelschmerzen, chronische Sehnenschmerzen, Frakturen, Narben-/Gewebsverklebungen

Therapeutische Wirkung:

mechanische Vibrationswirkung, thermische Wärmewirkung, Stoffwechsel- und Durchblutungsförderung, Entspannung der Muskulatur, Lockerung des Bindegewebes

Zentrifugalmassage nach Siegel

Die Zentrifugalmassage wurde zur Behandlung von Schulter-Arm-Problematiken von Conrad Siegel (Universität Leipzig) entwickelt. Dabei wurden Elemente der Manuellen Therapie, der Klassischen Massagetherapie und passive Elemente der Krankengymnastik vereint.

Indikationen:

- Impingementsyndrom
- Frozen shoulder
- Tennis- und Golferellenbogen



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Rezept (auch als Selbstzahler möglich)

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen
Seite 12 – 18 Privatleistungen

- Styloiditis radii (Entzündung/ Stauchung des Handgelenkes)
- Omarthrose (Schulter-)
- Karpaltunnelsyndrom
- Tendinosis Calcarea (Kalkschulter)
- Schulterblattknacken
- Bicipstunnelsyndrom
- Psychische und psychosomatische Störungen

Therapeutische Wirkung:

- Lösung von Gewebsverklebungen und Narben



Rezept (auch als Selbstzahler möglich)



Privat / Selbstzahler



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Privat / Selbstzahler

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen

Seite 12 – 18 Privatleistungen

Flossing

Ziel einer Flossingbehandlung ist in erster Linie eine Bewegungserweiterung und Schmerzlinderung. Das wird erreicht, indem die Mobilität der Gelenke, Muskeln, Haut, Faszien und des Gewebes trainiert wird. Ferner wird durch den Druck eine Ödeminderung erreicht, sowie im Anschluss eine Mehrdurchblutung, die den Austausch der Gewebsflüssigkeit positiv beeinflusst. Bei einem Ödem erreicht nährstoffreiche Flüssigkeit durch den verminderten Gewebswasseraustausch die belasteten Strukturen häufig nicht. Es kann also keine optimale Gewebsversorgung gewährleistet werden. Dieses Problem kann mit Flossing behandelt werden.

Indikationen:

Verrenkungen an Gelenken (bsp. Sehnen-/ Bänderrisse an Sprung-/ Schultergelenken), Kapselproblematiken, Prellungen, Muskelfaserrisse, Ergüsse und Schwellungen, Distorsionen, Ischialgien

Therapeutische Wirkung:

Myofaszialer Release, Beweglichkeitsverbesserung, Schmerzlinderung, Stoffwechsellanregung (Anregung der Flüssigkeitsdynamik), Hyperämiesierung (Durchblutungssteigerung), Lockerung von Muskeln, Nerven und Bändern

Funktionelle Bewegungslehre nach Klein-Vogelbach

Die FBL ist ein medizinisch-physiotherapeutisches Diagnose- und Therapiekonzept zur Beurteilung und Interpretation des menschlichen Bewegungssystems und -verhaltens. Das Analysekonzept berücksichtigt alle Gelenke des Körpers, statische Positionen und kinematische Ketten. Dabei werden u.a. Ergebnisse zur Koordination, zum Rhythmus, zur Harmonie einer Bewegung und zum Bewegungsmaß ermittelt.

Indikationen:

Problem des Bewegungsapparates wie Schmerzen und Verspannungen, Fehlbelastungen

Therapeutische Wirkung:

Funktionswiederherstellung durch aktive Übungen und passive Behandlung, Schmerzlinderung, Wahrnehmungsschulung der eigenen Körperstatik (Bewusstheit)



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Privat / Selbstzahler

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen

Seite 12 – 18 Privatleistungen

Fußreflexzonen-therapie nach Hanne Marquardt

Alle Systeme des Körpers spiegeln sich im Fuß wieder und lassen sich von dort auch behandeln. Ihre Wirksamkeit wurde durch Studien belegt (Uni Jena und Uni Innsbruck). Die Fußreflexzonen-therapie ist eine Ordnungstherapie, die die Selbstheilungskräfte des Körpers anregt. Sie erfasst den ganzen Menschen, auch die emotionale Ebene.

Indikationen:

- Wirbelsäulenerkrankungen
- Allergien
- Verdauungsstörungen, Nieren- und Blasenbeschwerden
- Kopfschmerzen, Migräne
- Unterleibsbeschwerden (auch Kinderwunsch), Schwangerschaftsbegleitung
- Schlafstörungen

Therapeutische Wirkung:

Linderung von Beschwerden in Gelenken, Muskeln und inneren Organen, Entspannung

Honigmassage

Das Naturheilverfahren (tibetisch-chinesischen Medizin und russische Volksheilkunde) dient zur Steigerung der körpereigenen Selbstheilungskräfte und Verbesserung der Leistungsfähigkeit und des Allgemeinbefindens. Durch die Behandlung mit Honig können nicht nur Schmerzen und Beschwerden abklingen, auch das Immunsystem wird gestärkt. Es lohnt sich, bei Beschwerden, die jedem Behandlungsversuch trotzen, die Honigmassage einzusetzen. Die Wirkungsweise der Honigmassage kommt auf reflektorischem Wege durch Verbesserung der Tätigkeit der Körperorgane und auf Grund der Inhaltsstoffe des Honigs zustande.

Indikationen: Verspannungen und Verklebungen von Muskulatur und Faszien-gewebe, Müdigkeit, Überarbeitung, Stress, Fastenbegleitung

Therapeutische Wirkung: Stoffwechsel- und Durchblutungsförderung im gesamten Körper, Lösen von Verspannungen und Verklebungen in Muskel- und Faszien-gewebe, Entgiftung/ Entschlackung (Fastenbegleitung), Entspannung



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Privat / Selbstzahler

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen

Seite 12 – 18 Privatleistungen

Kalifornische Massage

Die Relaxationstechnik der US-Westküste ist ideal für Personen, die nach einer Ruhepause suchen und sich fallen lassen möchten. Während der Komplettmassage werden Stress und Druck abgebaut und das innere Gleichgewicht wieder hergestellt. Der gesamte Körper wird durchgeknetet, eingeölt, kräftig massiert und sanft berührt. Durch Verwendung von Ätherischen Ölen soll eine Erquickung der Sinne Körper und Geist beleben.

Indikationen: Stress, Unausgeglichenheit, Übertraining

Therapeutische Wirkung: Förderung der Durchblutung, Linderung von Schmerzen, Entspannung der Muskulatur, Lockerung des Bindegewebes (wie Sehnen und Bänder)

Kinesio-Tape

Das Kinesio-Tape ist ein medizinisches Pflaster. Es ist sehr dehnbar, hautfreundlich, atmungsaktiv und wasserfest.

Die Therapiemethode mit Tapes wird bei schmerzhaften Erkrankungen des Muskel-, Sehnen- oder Skelettapparates eingesetzt. Darüber hinaus wird das Kinesio-Tape auch präventiv angewandt.

Die Wirkungsweisen des Kinesio-Tapes: Schmerzlinderung, Verbesserung der Beweglichkeit, Muskelfunktion und Mikrozirkulation, Aktivierung des Lymphsystems sowie Unterstützung der Gelenke.

Indikationen:

- HWS/ BWS/ LWS-Syndrom
- Muskuläre Dysbalancen, Haltungsschwäche, Skoliosen, Arthrosen
- Migräne
- Neuropathien
- Epicondylopathien
- Posttraumatisch, postoperativ
- Apoplex (Schlaganfall)
- MS (multiple Sklerose)
- Periphere Läsionen



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Privat / Selbstzahler

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen

Seite 12 – 18 Privatleistungen

Therapeutische Wirkung:

- Positive Beeinflussung des Heilungsprozesses
- Aktivierung und Stabilisierung verletzter Strukturen
- Unterstützung der Muskulatur ohne Einschränkung der Bewegungsfreiheit
- Erhaltung der Bewegungsabläufe („full range of motion“)
- Aktivierung des endogenen analgetischen Systems
- Entfernung der Zirkulationseinschränkungen

Lymphtape

Die Benutzung von Lymphtapes hat stimulierende Wirkung für das Gewebe und steigert u.a. die Effektivität der manuellen Lymphdrainage. Klinische Erfahrungsberichte zeigen, dass beide Therapieansätze in Kombination sehr effektiv sind.

An den Lymphbahnen platziert, wird der Abtransport des Ödems vergrößert und die Schmerzen im betreffenden Gebiet (bsp. in Folge postoperativer Schwellungen) gelindert. Die Lymphgefäße werden entlastet.

Indikationen:

- primäre und sekundäre Lymphödeme

Therapeutische Wirkung:

- Positive Beeinflussung des Heilungsprozesses
- Aktivierung und Stabilisierung verletzter Strukturen
- Unterstützung der Muskulatur ohne Einschränkung der Bewegungsfreiheit
- Erhaltung der Bewegungsabläufe („full range of motion“)
- Aktivierung des endogenen analgetischen Systems
- Entfernung der Zirkulationseinschränkungen



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Privat / Selbstzahler

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen

Seite 12 – 18 Privatleistungen

Rafferty-Energie-System für ein entspanntes Kiefergelenk

Ein Ungleichgewicht im Kiefergelenk wirkt sich auf den ganzen Körper aus. RESET (=Rafferty Energy System of Easing the Temporomandibularjoint) ist ein sanftes, nicht-invasives Verfahren zum Ausgleichen von Kiefergelenksproblematiken. Das Verfahren ist für den Patienten sehr entspannend und steht häufig an 1. Stelle der therapeutischen Behandlung.

Indikationen:

- Schmerzen od. Geräusche beim Kauen
- öffnen und schließen od. Seitwärtsbewegungen des Kiefers
- verspannte Schultern
- Ohrendruck
- Tinnitus
- Schwindel
- Migräne
- Kopfschmerzen
- zu lange den Mund geöffnet (Zahnbehandlung)
- Injektion von Anästhetika in den Kiefermuskel
- Extraktion zu vieler Zähne usw.

Therapeutische Wirkung:

- Förderung der Beweglichkeit im Kiefergelenk
- Lösen von Verspannungen der Kaumuskulatur
- Entspannung des ganzen Körpers



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Privat / Selbstzahler

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen

Seite 12 – 18 Privatleistungen

Shiatsu

Shiatsu ist die japanische Form der manuellen Therapie und ein eigenständiges System energetischer Körperarbeit. Die Behandlung erfolgt durch achtsamen tiefenwirkenden Einsatz von Händen, Daumen, Ellbogen sowie Knietechniken. Die tiefenwirkende Behandlungsform regt den Fluss der Lebensenergie über die Meridiane (Energiebahnen) an und lädt zur Selbstwahrnehmung und Entspannung ein.

Shiatsu wird am bekleideten Körper praktiziert und findet auf einer weich gepolsterten Bodenmatte statt.

Indikationen:

- Überarbeitung, Stress
- Müdigkeit, Unruhe
- Begleitung in der Schwangerschaft ab dem 3. Monat
- Selbstwahrnehmungsförderung
- die eigene Mitte finden
- Schlafstörung

SomatoEmotionale Entspannung nach Upledger

Das Konzept der SomatoEmotionalen Entspannung ist eine ganzheitliche Behandlungsmethode zur Integration von Körper, Geist und Seele. Wiederkehrende Spannungen in Muskeln und Bindegewebe, bsp. durch ein Trauma verursacht, sollen energetisch und emotional gelöst werden.

Indikationen:

- Traumata - energetisch, körperlich oder emotional (letzteres immer in Verbindung mit psychotherapeutischer Behandlung)
- Spannungen, die bsp. mit Massagen nicht zu lösen sind

Therapeutische Wirkung:

- Lösung körperlich manifestierter Traumata
- Entspannung in tiefen Gewebsschichten
- Harmonisierung des sog. Energiesystems im Körper



Durch unser erfahrenes Team an Physiotherapeuten und Masseuren decken wir ein breit gefächertes Therapiespektrum ab:

Privat / Selbstzahler

Seite 1 – 11 Rezeptleistungen

Seite 12 – 18 Privatleistungen

Therapeutisches Klettern

Unter therapeutischer Anleitung werden Techniken, Griffvarianten und Trainingsmöglichkeiten unter Beachtung der medizinischen Indikation vermittelt. Hauptanwendungsfelder findet die sog. Klettertherapie im Bereich der Orthopädie, Kinderheilkunde, Sport- und Psychotherapie.

Unsere Kletterwand bietet unterschiedliche Schwierigkeitsniveaus, welche durch verschiedene Griffformen sowie verstellbare Neigungswinkel der Kletterwände an den individuellen Leistungsstand angepasst werden.

Touch for Health (= Gesund durch Berührung) Kinesiologie in Diagnose und Behandlungsmöglichkeiten

Touch for Health ist eine ganzheitliche Methode der Kinesiologie.

Dysbalancen werden im Energiesystem durch Berührungen wieder ausgeglichen, der Energiefluss harmonisiert. Das Wohlbefinden auf körperlicher, mentaler und emotionaler Ebene wird gesteigert bzw. zurück gewonnen.