

Unsere aktuellen Therapieangebote

Akupunktmassage nach Penzel

Eine Massagetechnik, die mittels eines speziellen Stäbchens die Energieblockaden im Körper löst.

Akupunktur

Akupunktur ist eine Behandlungsmethode der traditionellen chinesischen Medizin, wobei Akupunkturpunkte mit Akupunkturnadeln stimuliert werden, um Heilungskräfte im Körper anzuregen, den Energiehaushalt des Körpers wieder zu harmonisieren sowie Schmerzen zu reduzieren.

Ärztliche Schmerztherapie

Fragen Sie im Zuge des ärztlichen Beratungsgesprächs gezielt nach den zusätzlichen Möglichkeiten der Schmerztherapie (Neural- und Lasertherapie, Akupunktur).

Atemgymnastik

Durch eine gezielte Atemgymnastik stärken Sie die Atemmuskulatur und erhöhen so Ihre Atemleistung. Insbesondere bei Patienten mit Atemwegs- und Lungenerkrankungen spielen diese Übungen und ein regelmäßiges Atemtraining eine wichtige Rolle. Zudem entspannt Atemgymnastik fast augenblicklich und fördert die Konzentration.

Atem-Klopfmassage

Atem-Therapie zur Förderung des Sekretabflusses mittels manueller oder technisch unterstützter Vibrationsbehandlung.

Bindegewebsmassage

Eine manuelle Therapie mit Einfluß auf Unterhaut und Fascien der Muskulatur. Dadurch wird eine vegetative Umstimmung angestrebt, eine Anregung und Verbesserung der Atmung erreicht, die bei verschiedenen Erkrankungen wichtig ist.

Breuss-Massage

Eine sanfte energetische Massagetechnik mit Johanneskrautöl, die muskuläre Verkrampfungen des Nackens, des Rückens, der Beckenregion löst und dabei Muskelungleichgewichte und Wirbelgelenkblockaden beseitigt - eine « Verjüngungskur » für die Bandscheiben.

Craniosacrale Therapie

Eine sanfte manuelle Behandlungsmethode, die sich durch einen ganzheitlichen Ansatz auszeichnet. Die Behandlung stimuliert die natürlichen Heilungsmechanismen des Körpers. Das Regulationsvermögen des zentralen Nervensystems wird verbessert, um die negativen Auswirkungen von Belastung und Stress zu verringern und die Gesundheit zu unterstützen.

Dorn-Therapie

Gelenke und Wirbel können mit Hilfe dieser Methode gefahrlos wieder in die richtige Position gebracht werden. Dies geschieht in der Dynamik unter aktiver Mithilfe des Patienten.

Einzelgymnastik (Heilgymnastik)

In der Einzelgymnastik geht der Physiotherapeut auf individuelle Probleme des Patienten ein. Man arbeitet mit Techniken aus manueller Therapie, Atemtherapie und Osteopathie. Gleichzeitig lernt der Patient Übungen zur regelmäßigen Durchführung für zu Hause.

Ernährungs- und Lebensstilberatung

Mit der Ernährungs- und Lebensstilberatung wird zugleich an eine bewusste Gesundheits- und Genussorientierte Lebensführung herangeführt.

Flächenlaser

Mit dieser Form der Therapie werden gezielt einzelne Körperregionen behandelt. Damit wird erreicht, dass der Zellstoffwechsel der gestörten oder geschädigten Zellen in diesem Bereich wieder in Gang kommt.

Fußreflexzonenmassage

Eine manuelle Massagetechnik am Fuß, die innere Organe, die hormonelle Steuerung und das vegetative Nervensystem positiv beeinflussen kann.

Lagerungstherapie

Unter therapeutischer Anleitung wird ganz gezielt der Fehlhaltung der Wirbelsäule (z. B. Vorwärtsneigung) durch spezielle Lagerung auf Rollen entgegengewirkt und die Atemfaltenbarkeit verbessert.

Lymphdrainage

Mit sanften entstauenden Grifftechniken wird der Abfluss aus dem Gewebe verbessert, Schwellungszustände vermindert und die damit verbundenen Schmerzsymptome reduziert.

Medizinische Trainings Therapie (MTT)

Unter physiotherapeutischer Anleitung erlernen Sie Übungen zur Kräftigung und Dehnung der Muskulatur, zur Wiederherstellung von einer muskulären Balance und einer aufrechten Körperhaltung.

Nordic Walking

Mit dieser Form der Sporttherapie werden die Fitness, die aufrechte Haltung und die körperliche Ausdauer verbessert, der Muskeltonus balanciert, die Schmerztoleranz und die allgemeine Stimmungslage angehoben.

Patientenschulung

Siehe Rubrik „Unsere aktuellen Schulungsprogramme für Patienten“.

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Das Grundprinzip ist die Entspannung durch vorausgehende Anspannung. Verschiedene Muskelgruppen werden nacheinander an- und entspannt, wodurch ein tiefes körperliches Ruhegefühl und eine seelische Entspannung erreicht wird.

Qi Gong

Eine asiatische Bewegungstherapie, die aus Sicht der TCM die Energie im Körper zum Fließen bringt. Ziel: a) bessere Koordination, Beweglichkeit des Bewegungsapparates sowie b) innere Gemütsverfassungen können sich stabilisieren, Besserung von Schlafstörungen, Besserung des Gleichgewichtssinnes, fließende Bewegungen bessern auch die Durchblutung der inneren Organe.

Rapsübungen

Bewegungsübungen für Finger- und Handgelenke zur Verbesserung der Beweglichkeit und zur Schmerzlinderung mit zusätzlichem « Mikromassage-Effekt ».

Rücken Fit

Ziel von Rücken Fit ist, Rückenschmerzen und Fehlhaltungen vorzubeugen. Dabei werden die relevanten Muskelgruppen gestärkt und so die Wirbelsäule entlastet. Neben den regelmäßigen Übungen wird auch das Bewusstsein für eine rückenfreundliche Haltung im Alltag gefördert.

Stressbewältigung

Stress erzeugt Anspannung, Anspannung führt zu Schmerz und Schmerz löst wiederum Stress aus. Diesen Teufelskreis gilt es zu durchbrechen und Anti-Stressstrategien werden dabei erarbeitet.

Therapeutisches Klettern

Therapie für Alt und Jung an der künstlichen Kletterwand, die Kraft und Koordination fördert.

Tuina

Aus Sicht der TCM eine Massage mit Kombination von Akupressur und Techniken zur Besserung des Energieflusses und Zirkulation des Gewebes und der Organe. Tuina steigert und reguliert zusätzlich die Immunabwehr des Körpers.

(Stand: August 2008)