



Medizinische Trainingstherapie

Das Ziel: Die medizinische Trainingstherapie ist eine von dem norwegischen Krankengymnasten Rolf Gustavsen entwickelte Therapieform, die als eine rein aktive Behandlungsform unterstützende Anwendung findet in vielen medizinischen Fachbereichen wie z.B. der Orthopädie, Traumatologie, Rheumatologie und der inneren Medizin. Sie arbeitet mit Hilfe von Geräten und Zugapparaten. Ziel der Trainingstherapie ist das Erlangen von Schmerzfreiheit und die objektive Verbesserung der physischen Funktionsqualitäten und der Belastbarkeit des Patienten.

Der Weg: Der Therapie voraus geht eine exakte Funktionsdiagnose und eine entsprechende symptomatische Behandlung (u.U. Ultraschall), eine passive Mobilisation, Manipulation (Manuelle Therapie) oder Stabilisation. Danach wird der Patient an den entsprechenden Geräten mit individuell festgelegtem Widerstand und Übungswiederholungen angeleitet, bevor er eigenständig üben kann. Die Therapie beinhaltet Übungen zur Förderung/Erhaltung der Elastizität der Weichteile, Automobilisationen, Autostabilisationen und Übungen zur Verbesserung der Muskelkraft, Muskelausdauer und Koordination sowie das Erlernen richtiger Verhaltensweisen im Alltag und prophylaktische Verfahren.



Praxis Stracke

Krankengymnastik, Massage und Physiotherapie

Nottulner Landweg 56
48161 Münster-Roxel
Telefon 0 25 34/10 93
Telefon 0 25 34/89 63
eMail: info@praxis-stracke.de
www.praxis-stracke.de

Öffnungszeiten:

Montag – Donnerstag 8.00 – 20.00 Uhr
Freitag 8.00 – 14.00 Uhr

Sowie nach Vereinbarung

Unbedingt mitbringen:

Handtuch, bequeme Kleidung,
Bei Säuglings- und Kleinkindbehandlungen das gelbe Vorsorgeheft.



Busverbindungen: Linie 1 und Linie 10
Kostenlose Parkplätze vor der Tür

Die Praxis ist ebenerdig und barrierefrei.

Praxis Stracke

Krankengymnastik, Massage und Physiotherapie



Information

Therapieangebote

- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Medizinische Trainingstherapie
- Manuelle Lymphdrainage

www.praxis-stracke.de



Allgemeine Krankengymnastik

Das Ziel: Krankengymnastik wird unterstützend in der Orthopädie, Neurologie, Inneren Medizin, Frauen- und Kinderheilkunde eingesetzt. Auch die Verbesserung von Kreislauffunktionen und die Linderung von Schmerzen sind Aufgabe der Krankengymnastik. Wenn ein Krankheitsgeschehen vorliegt, ist zur Ausübung eine ärztliche Verordnung notwendig.

Der Weg: Nachdem der Physiotherapeut in einem Befund die Funktionsstörungen festgestellt hat, wird mit dem Patienten gemeinsam das Ziel der Behandlung und Methoden (aktive und passive Übungen) zur Erreichung dieses Zieles festgelegt. Auch werden Empfehlungen für eigene Übungen gegeben, die der Verbesserung der gestörten Funktionen dienen. Die Krankengymnastik umfasst eine Vielzahl einzelner therapeutischer Maßnahmen zur Erhaltung und Verbesserung von Kraft, Ausdauer und Koordination.

Manuelle Therapie

Das Ziel: Die Ursache der Beschwerden liegt häufig in einem Missverhältnis zwischen Belastbarkeit und Belastung. Somit soll die Behandlung dieses Missverhältnis beheben und das physiologische Zusammenspiel zwischen Gelenken, Muskeln und neuralen Strukturen wieder herstellen. Die manuelle Therapie ist eine Untersuchungs- und Behandlungstechnik, die sich mit dem Auffinden und Behandeln von Funktionsstörungen am Bewegungsapparat befasst. Sie erfolgt im Anschluss an die klinische Diagnostik und hat das Ziel, betroffene Gewebestrukturen zu erkennen, die Aktualität der Läsion über die Gewebsirritation zu bestimmen sowie die Kausalität der Beschwerden aufzufinden.

Der Weg: Es werden sowohl passive, mobilisierende Techniken durch den Therapeuten als auch aktive Übungen des Patienten zur Kräftigung und Stabilisation oder Eigenmobilisation zum Einsatz kommen.

Manuelle Lymphdrainage (Vodder)

Das Ziel: Verbesserte Lymphtransportkapazität zur Entlastung von Körperregionen; Schmerzfremheit, verbesserte Eigenmotorik der glatten Muskulatur der Lymphgefäße; Neubildung von Lymphgefäßen an Unterbrechungsstellen und Vagotonisierung.

Der Weg: Durch schonende und manuelle Gewebsverformungen überwiegend an der Körperoberfläche wird der Abtransport von Gewebeflüssigkeit gefördert. Die Griffe orientieren sich entlang dem Verlauf von Lymphgefäßen in Abflussrichtung. In bestimmter Abfolge werden einzelne Körperregionen behandelt: Zuerst Regionen, die den Lymphgefäßmündungen am rechten und linken Venenwinkel nahe liegen, danach entferntere. Die leichte Drucksteigerung im Gewebe begünstigt die Aufnahme von Gewebsflüssigkeit über die

Initialgefäße in die Lymphbahnen. Die Dehnung des Gewebes regt die glatte Muskulatur der Lymphgefäße zur Kontraktion an. Deren Aktivierung wird unterstützt durch eine Vagotonisierung, die als Folge der langen Dauer und des ruhigen Verlaufs der Behandlung auftritt. Zur Unterstützung der Lymphdrainage und zur Vermeidung der Reödematisierung des Gewebes wird in der Mehrheit der Krankheitsfälle nach der Behandlung noch eine Bandagierung oder Kompressionsbestrumpfung vorgenommen.