

PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE/KRANKENGYMNASTIK
So kommen Sie zu uns:



Andrea Arbogast

1966 in Mannheim geboren
1996-1999 Ausbildung zur Physiotherapeutin
1999 Fortbildung manuelle Lymphdrainage
2001-2003 Fortbildung manuelle Therapie nach Maitland®
Weitere Fortbildungen in den Bereichen Sportphysiotherapie und Kinesio®-Taping

Seit 2005 lebe ich mit meinem Lebenspartner und unseren Söhnen in Schwetzingen



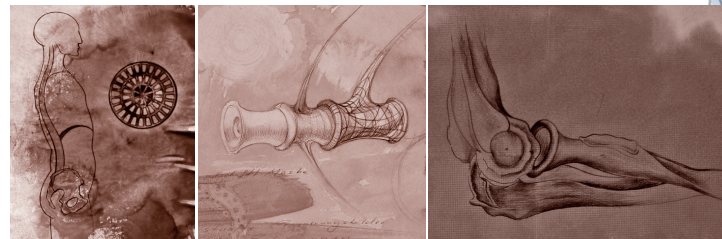
Manuelle Lymphdrainage

Die vom Physiotherapeuten/Krankengymnasten ausgeführte manuelle Lymphdrainage ist eine Therapieform, bei der mit speziellen Handgriffen der Lymphfluss gefördert wird und somit unterschiedliche Krankheitsbilder positiv beeinflusst werden können.

Die manuelle Lymphdrainage wird – meistens in Kombination mit einer Kompressionsbehandlung – zur Therapie von Ödemen angewandt, die einer medikamentösen Therapie nicht zugänglich sind oder bei denen mit entwässernden Medikamenten allein keine befriedigende Ödemabnahme erzielt werden kann.

Folgende Ödeme können mit der Manuellen Lymphdrainage gezielt behandelt werden:

- Lymphödem
- Lipödem
- Chronisch entzündliche Ödeme
- Ödeme bei Erkrankungen der Venen



Neurale Mobilisation nach Butler Untersuchung und Behandlung des Nervensystems

Diese Therapiemethode geht auf David Butler (Australien) zurück. Sie verbindet klassische manuelle Behandlungstechniken mit neueren Erkenntnissen über den Einfluss des Nervensystems.

Durch eine manuelle Behandlung des neuralen Gewebes und der Strukturen, die das Nervensystem umgeben und durch passive und aktive Mobilisationstechniken werden neuro-orthopädische Beschwerden gelindert oder ganz beseitigt.

Das Nervensystem ist ein mobiles und elastisches Gewebe. Kommt es zu Verklebungen bzw. zur Behinderung dieser Gleitfähigkeit, führt dies zu Veränderung der neuralen Sensitivität (gesteigertes Schmerzempfinden).

Bei der Mobilisation versucht der Physiotherapeut, unter Berücksichtigung von aufgespürtem Widerstand, die wechselseitigen Beziehungen von Nervensystem und Bewegungsapparat genau zu analysieren, und zur Heilung geeignete Bewegungsformen zu finden. Diese Bewegungsformen werden dann von den Patientinnen und Patienten täglich zu Hause ausgeführt. Gegebenenfalls wird die Behandlung durch andere Behandlungsmethoden und -techniken ergänzt.

Angewendet wird die Neurale Mobilisation beispielsweise bei

- Karpaltunnelsyndrom
- Tennisellenbogen, Golferellbogen
- Schleudertrauma
- Nervenwurzelproblematiken in Hals- oder Lendenwirbelsäule
- Unspezifische Schmerzen/Sensibilitätsveränderungen
- Bandscheibenvorfällen



PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE



ANDREA ARBOGAST

Friedrich-Ebert-Str. 48 a • 68723 Schwetzingen
Telefon: 06202 - 855 886

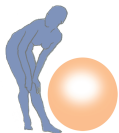
mail@physiotherapie-arbogast.de
www.physiotherapie-arbogast.de

Physiotherapie

Die Physiotherapie (bis 1994 auch 'Krankengymnastik') erbringt Leistungen an Personen und Gruppen, um eine größtmögliche Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des Menschen über die gesamte Dauer des Lebens hinweg zu entwickeln, zu erhalten und wiederherzustellen. Die Physiotherapie wird hierbei auch in Situationen eingesetzt, in denen die Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des Menschen durch den Alterungsprozess oder durch Krankheit, Unfall oder Verhaltensfehler bedroht ist.

Die Physiotherapie bietet den Menschen Lösungsansätze, mit denen Einschränkungen und Beeinträchtigungen der Bewegungs- und Funktionsfähigkeit sinnvoll und funktionsorientiert behandelt und/oder korrigiert werden können.

Dabei bezieht sich die Physiotherapie auf die Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO), welche die Gesundheit als einen Zustand des umfassenden körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht lediglich mit dem Freisein von Krankheit und Gebrechen definiert.



Wo kann Physiotherapie helfen?

Eine Auswahl der häufigsten Einsatzbereiche

Orthopädie und Chirurgie

- **Rückenschmerzen** bedingt durch Funktionsstörungen am Bewegungsapparat nach Fehl-, Überbelastung oder Bewegungsarmut
- **Bleibende Veränderungen** am Skelett- und Muskelsystem wie Bandscheibenprobleme, Verschleiß (Arthrose) etc.
- Schmerzhaftes **Bewegungseinschränkungen** der Wirbelsäule oder Extremitäten nach Unfall oder bei Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises
- **Künstliches Knie- oder Hüftgelenk**
- **Bandscheibenvorfall** (Prolaps)
- Knochenbrüche, Verletzungen des Muskel- Sehnen- Bandapparates, Gelenkfehlstellungen etc.

Kinderheilkunde

- Krankheitsbilder aus dem Bereich der Orthopädie und Chirurgie **bei Kindern**

Neurologie

- **Lähmungserscheinungen** bedingt durch Unfall, Bandscheibenvorfall oder Operationen
- **Schmerzen** im gesamten Muskel- und Skelettsystem (Fibromyalgie)
- Kopf- und Gesichtsschmerz

Innere Medizin

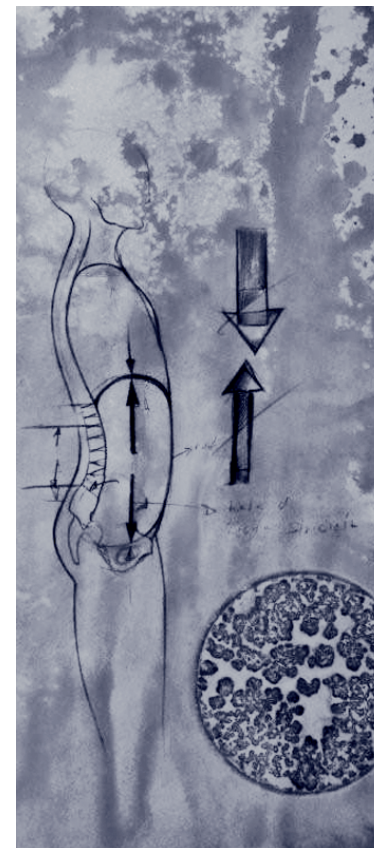
- **Strukturelle Veränderungen** im Herz-Kreislaufsystem wie z. B. Herzinfarkt
- **Atemwegserkrankungen** wie z. B. Asthma oder chronische Bronchitis
- **Rheuma**
- **Funktionsstörungen** des Gefäßsystems

Prävention

- **Vorbeugung der Entstehung** von Krankheiten, Funktionseinbußen und Risikofaktoren
- **Vorbeugung der Wiederkehr** einer bereits bestehenden gesundheitlichen Problematik

Manuelle Therapie nach Maitland®

Manuelle Therapie ist eine spezielle Form der Physiotherapie und geht der Ursache des Schmerzes auf den Grund. Der Manual-Therapeut ergründet bei der ersten Behandlung zuerst mit gezielten Fragen alle Faktoren, die zur Entstehung und Entwicklung der Probleme beitragen. Diese Fragen betreffen beispielsweise konkrete Schmerzen, andere körperliche Beschwerden und die aktuelle Lebenssituation. Anschließend erfolgt eine umfassende und systematische Untersuchung, sowohl in der Region des Schmerzes als auch in Körperregionen, die damit in Zusammenhang stehen können. Intensität und Ausmaß der Untersuchung sowie der Behandlung werden individuell abgestimmt.



Wie funktioniert das Maitland®-Konzept?

Die Besonderheit dieses wissenschaftlich fundierten Konzeptes liegt in der individuellen Art der Befunderhebung und Behandlung. Die umfassende manuelle Untersuchung ermöglicht es, die Störung zu lokalisieren, sowie deren Art und Ausmaß zu definieren.

Basierend auf diesen Erkenntnissen wird gemeinsam das Ziel und der individuelle Behandlungsplan definiert.

Behandelt werden die festgestellten Störungen mittels einer ganzen Reihe von manualtherapeutischen Maßnahmen:

- Techniken zur Verbesserung der Gelenkfunktionen und der Beweglichkeit des Nervensystems (s: Nervenmobilisation nach Butler)
- Übungen zur Verbesserung von muskulären Ungleichgewichten
- Schulungen für optimierte alltags- und sportspezifische Bewegungsabläufe
- Erklärungen über die Zusammenhänge bei der Entstehung des Problems zur Gewährleistung des langfristigen Behandlungserfolgs
- Eigenübungen und Hilfe zur Selbsthilfe

Wie wird die Wirkung überprüft?

Bestandteil der Manuellen Therapie ist die unmittelbare Erfolgskontrolle. Nach jeder Behandlung erfolgt ein Wiederbefund, der die Wirkung überprüft. Falls notwendig, wird die Behandlung ergänzt oder angepasst.

