

Entspannungstherapie

Entspannungsverfahren sind übende Verfahren zur Verringerung körperlicher und geistiger Anspannung oder Erregung. Körperliche Entspannung und das Erleben von Gelassenheit, Zufriedenheit und Wohlbefinden sind eng miteinander verbunden. In Zusammenarbeit mit der Ergotherapie und Neuropsychologie bieten wir verschiedene Entspannungstechniken an.

Autogenes Training

Es ist die bekannteste, leicht zu erlernende und überall durchführbare Entspannungsmethode. Sie ermöglicht jedem – nicht nur nervösen und gestressten Menschen – innerhalb von kurzer Zeit zu innerer Ruhe und Gelassenheit zu gelangen und neue Kraft zu schöpfen.

Progressive Muskelentspannung

Die Progressive Muskelentspannung beruht darauf, dass durch eine bewusste, willentliche Anspannung und Entspannung von bestimmten Muskelgruppen eine tiefe Entspannung des gesamten Körpers erreicht werden soll. Über muskuläre Anspannung, Entspannung und Nachspüren, wird der Tonus nicht nur reduziert, sondern es kommt zur Sensibilisierung für Spannungszustände in der eigenen Skelettmuskulatur, sodass sogar die kleinsten Restspannungen wahrgenommen und gelöst werden.

Traumreise

Fantasie, Märchen-, oder Traumreisen sind imaginative Verfahren. Sie können als Entspannungstechnik therapeutisch wirken und werden von einem Sprecher erzählt. Ein tiefer Ruhe- und Erholungszustand wird durch eine entspannte Körperposition, die Zuwendung durch den Sprecher sowie die Hinwendung auf die als angenehm erlebten Bilder in der eigenen Fantasie erzielt.

Ambulanz

Ambulante Therapiemöglichkeiten erfragen Sie bitte bei der jeweiligen Abteilungsleitung.

Kompetent und engagiert

Die Freude am Beruf, regelmäßige interne und externe Fortbildungen und der Austausch im interdisziplinären Team gewährleisten ein hohes Maß an Behandlungsqualität im Krankenhaus Lindenbrunn.

Krankenhaus Lindenbrunn – Kompetenz für Ihre Gesundheit



Physiotherapie:

Telefon: 05156 / 782-780
physiotherapie@krankenhaus-lindenbrunn.de

Postanschrift:

Krankenhaus Lindenbrunn
Lindenbrunn 1
31863 Coppenbrügge
Telefonzentrale: 05156 / 782-0
Fax: 05156 / 782-155
info@krankenhaus-lindenbrunn.de
www.krankenhaus-lindenbrunn.de



Physiotherapie und Physikalische Therapie



Physiotherapie und Physikalische Therapie

Viele Patienten wünschen sich nach der Erkrankung so schnell wie möglich wieder mobil zu werden. Um diesen Wunsch zu erfüllen, steht in unserem Krankenhaus ein qualifiziertes Team an Physiotherapeuten bereit, die mit unseren Patienten so früh wie möglich in die Behandlung einsteigen.

Ziel des ganzheitlichen Konzeptes ist es, die Selbstständigkeit der Patienten wiederherzustellen und ihnen so die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen. Damit richten wir uns maßgeblich nach der Definition des Fachverbandes.

„Physiotherapie umfasst die Verfahren der Bewegungstherapie sowie die physikalische Therapie und nutzt als natürliches Heilverfahren die passive – zum Beispiel durch den Therapeuten geführte – und die aktive, selbstständig ausgeführte Bewegung des Menschen sowie den Einsatz physikalischer Maßnahmen zur Heilung und Vorbeugung von Erkrankungen.“

Deutscher Verband für Physiotherapie (ZVK) e.V., 2015



Auszug unserer Therapieangebote

- **Gang- und Treppentraining**
Laufband, Gangtrainer
- **Bobath-Konzept**
Rehabilitations- und Therapiekonzept bei Erkrankungen des zentralen Nervensystems, das nach seinen Erfindern benannt ist
- **Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation (PNF)**
Therapiemethode zur Verbesserung der neuromuskulären Koordination
- **Lee Silverman Voice Treatment BIG®-Therapie (LSVT BIG®)**
Behandlungskonzept für Parkinson-Patienten, das der unbewussten Verkleinerung und Abschwächung der Bewegungen entgegenwirken soll
- **Manuelle Therapie und Cyriax-Konzept**
Untersuchungs- und Therapiemethoden zur Behandlung von Funktionsstörungen; das Cyriax-Konzept ist nach seinem Erfinder benannt
- **Schulung Prothesengebrauch**
Erlernen des Einsatzes und der Benutzung von Prothesen nach Amputationen
- **Massagen**
wie etwa die Lymphdrainage, eine Technik zur Ödem- und Entstauungstherapie
- **Elektrotherapie**
Medizinische Anwendung von elektrischem Strom zu therapeutischen Zwecken
- **Inhalation und Teilbäder**
- **Gruppentherapien**

Gerne steht Ihnen das Team der Physiotherapie kompetent bei Fragen rund um die Hilfsmittelversorgung und -benutzung zur Seite.

Individuelles Behandlungskonzept

Nach einer umfangreichen Eingangsuntersuchung durch den behandelnden Arzt erstellen unsere Physiotherapeuten für jeden Patienten einen individuellen Behandlungsplan. Dabei werden das Alter und der Verlauf der Krankheit ebenso berücksichtigt wie der Wunsch des Patienten, welche Fähigkeiten er schnellstmöglich wiedererlangen möchte.



Um einen möglichst großen Behandlungserfolg zu gewährleisten, kommen während der Therapie Hilfsmittel wie Laufband, Gangtrainer, Ergometer oder Galileo (Vibrationstraining zur Muskelstimulation) zum Einsatz. Die Behandlung kann sowohl in Einzel- als auch Gruppentherapie erfolgen.

Die persönlichen Fortschritte des Patienten werden wöchentlich in einer interdisziplinären Teambesprechung diskutiert und gleichzeitig neue Therapieziele für die kommende Woche festgelegt.