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.

Kontakt

Krankenhaus Lindenbrunn
Physiotherapie
Lindenbrunn 1
31863 Coppenbrügge

Tel: 05156 / 782 - 781
physiotherapie@krankenhaus-lindenbrunn.de

Weitere Informationen finden Sie auf:
www.krankenhaus-lindenbrunn.de

KRANKENHAUS LINDENBRUNN



Physiotherapie und Physikalische Therapie

THERAPIEANGEBOTE & BEHANDLUNGSKONZEPT

KRANKENHAUS LINDENBRUNN



Physiotherapie und Physikalische Therapie

„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

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.

Auszug unserer Therapieangebote

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

Medizinische Trainingstherapie (MTT)
Die MTT ist eine individuell angepasste Therapie, die durch gezielte Übungen Kraft, Beweglichkeit und Koordination fördert.

Inhalation und Teilbäder

Gruppentherapien



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 den großen Behandlungserfolg zu erzielen, besteht das Therapieangebot neben der hochwertigen Einzeltherapie auch aus einem breiten Gruppenangebot und einer modernen medizinischen Trainingstherapie. Sie wird durch unsere fachkundigen Therapeuten in dem mit Kraft- und Ausdauertrainingsgeräten, Laufband und Vibrationstrainingsgerät ausgestatteten Trainingsbereich durchgeführt.

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

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