

Manuelle Therapie

Die manuelle Therapie ist eine Methode, die sich mit der Untersuchung und Behandlung von Erkrankungen und Funktionsstörungen des menschlichen Bewegungssystems befasst. Ziel ist es, Beschwerden wie Schmerzen und Bewegungsstörungen zu lindern. Hierbei werden in der manuellen Therapie nicht nur Symptome behandelt, sondern die Ursachen aufgezeigt und an ihrer Beseitigung gearbeitet.

Die Therapeuten beurteilen alle an der Einschränkung beteiligten Nerven, Muskeln und Gelenke. Zunächst wird ein sogenannter Sichtbefund zur Beurteilung von Statik und Haltung erstellt. Es folgt der Palpationsbefund, bei dem das Gewebe ertastet wird, um betroffene Gewebestrukturen zu erkennen. Zusätzlich prüft der Therapeut die Gelenkmechanik und beurteilt die Muskelfunktionen und die Koordination der Bewegungen.

In der Behandlung will die Manuelle Therapie Schmerzen lindern und das physiologische Zusammenspiel zwischen Gelenken, Muskeln und neuralen Strukturen wieder herstellen. Dazu werden bewegungseingeschränkte Gelenke mobilisiert und instabile Gelenke durch gezielte Kräftigung stabilisiert. Dabei kommen sowohl passive, mobilisierende Techniken durch den Therapeuten als auch aktive Übungen des Patienten zu Eigenmobilisation oder Stabilisierung zum Einsatz. Adäquate Informationen zu den Symptomen, Behandlungszielen und verwendeten Techniken sowie die Beratung zu förderlichem Verhalten in den Bereichen Beruf, Freizeit, Sport sind wesentlicher Bestandteil der Behandlung. Der Patient erhält Anleitungen zu einem häuslichen Übungsprogramm.

Ziel der Behandlung ist die Wiederherstellung der körperlichen Belastbarkeit des Patienten gemessen an seiner individuellen Alltagsbelastung und somit die Verbesserung der Lebensqualität.

Anwendungsbereiche: - Schmerzsyndrome (Kopfschmerz, „Hexenschuss“, „Tennisellenbogen“)
- Bewegungseinschränkungen
- Nach Verletzungen mit langer Ruhigstellung
- Kraftverlust