

## MANUELLE THERAPIE

### (NACH DEM MAITLAND-KONZEPT)

Manuelle Therapie befasst sich vor allem mit dem gezielten Untersuchen und Behandeln von Schmerzen und Problemen im Gelenk-, Muskel- und Nervensystem. Sie findet in der Behandlung von Erwachsenen, aber auch in der Kindertherapie Anwendung.

Mit Manueller Therapie werden sowohl akute als auch chronische Beschwerden behandelt. Viele Krankheitsbilder können erfolgreich therapiert oder positiv beeinflusst werden.

Beispiele hierfür sind:

- Kopfschmerzen
- Rücken- bzw. Halswirbelsäulenprobleme und „Bandscheibenbeschwerden“
- Schmerzen im Bereich der Schulter, des Ellbogens und der Hand wie z. B. Impingementsyndrom, Tennisellbogen und Karpaltunnelsyndrom
- Arthrose, z.B. in Hüfte, Knie oder Wirbelsäule
- Nervenirritationen wie z.B. Einschlafen der Hände, Ischiasbeschwerden
- Knieschmerz, z.B. nach Kreuzbandverletzungen oder Meniskusschaden
- Fußprobleme, beispielsweise nach Bänderrissen oder bei Sehnenproblematiken

*mehr Information unter [www.dvmt.org](http://www.dvmt.org)*

## CMD

Craniomandibuläre Dysfunktion:

Cranium=Schädel; Mandibula=Unterkiefer; Dysfunktion=Fehlfunktion

CMD bezeichnet die Funktionsstörung im Zusammenspiel zwischen Ober und Unterkiefer.

Über Muskeln und Nerven ist das Kausystem mit anderen Teilen des Körpers verbunden.

So können hier bestehende Störungen Beschwerden in anderen Bereichen des Körpers auslösen, und umgekehrt.

CMD äußert sich zum Beispiel durch:

- Schmerzen in den Gesichts- und Kaumuskeln
- Schmerzen im Kiefergelenk, auch mit Problemen bei der Mundöffnung und beim Kauen
- Knirschen und Pressen mit den Zähnen
- Knackgeräusche im Gelenk
- Schwindel
- Ohrgeräusche (Tinnitus)
- Schnarchen
- Schulter - Nackenschmerzen und Rückenbeschwerden
- Hüft- und Knieschmerzen
- Kopfschmerzen, Migräne
- Sehstörungen

*mehr Information unter [www.cranoconcept.de](http://www.cranoconcept.de)*

## KGG

Krankengymnastik am Gerät, auch medizinische Trainingstherapie genannt. Medizinische Trainings-therapie kann in Prävention und Rehabilitation angewandt werden. Es beinhaltet das Gerätetraining sowie die Sporttherapie an individuellen Kleingeräten. Die Therapieform kann im Einzeltraining und in Kleingruppen stattfinden. Es findet ein Verbesserung der Allgemeinbefindlichkeit, der Alltagsbewältigung, der Koordination und der Muskelbalance statt. Der Therapieerfolg kann dadurch langfristig erhalten werden.

## FBL

Funktionelle Bewegungslehre

## GALILEO-VIBRATIONSPLATTEN-TRAINING

*mehr Information unter [www.galileo-training.com](http://www.galileo-training.com)*

## MANUELLE LYMPHDRAINAGE (MLD)

Die manuelle Lymphdrainage dient vor allem als Ödem- und Entstauungstherapie geschwollener Körperregionen. Durch spezielle Grifftechniken wird das Lymphsystem aktiviert und überschüssige Flüssigkeit in der Haut verschoben und abtransportiert.

Indikationen, bei denen die MLD Anwendung findet sind z. B.

- Schwellungen nach Verletzungen und Operationen
- Ödeme bei neurologischen und rheumatischen Erkrankungen
- Lymphödeme, Phlebödeme, Lipödeme

*mehr Information unter [www.lyphologic.de](http://www.lyphologic.de)*

## PRÄVENTIVSPORTGRUPPEN

Prävention zur Vorsorge und Gesunderhaltung nach §20 Abs.1 SGB V der GKV.

Definition: Als primäre Prävention bezeichnet man die Gesamtheit aller Maßnahmen, die den Erhalt der Gesundheit von einzelnen Individuen oder einer Population zum Ziel haben.

Um Bewegungsmangel und heutigen Lebensgewohnheiten mit unbewusster Ernährung etwas entgegenzusetzen, um gesund zu bleiben oder sich einfach nur gut, ausgeglichen und fit zu fühlen, biete ich verschiedene Sport-Präventionskurse an. Fragen Sie bitte nach dem aktuellen Kursangebot.

## PANTAI LUAR

Kräuterstempelmassage

## KINESIO-TAPING

Durch Aufbringen von elastischen Klebebändern auf die Haut kann auf schmerzhafte Erkrankungen der Muskeln, Sehnen oder des Skelettes Einfluss genommen werden. Die Klebestreifen verbleiben einige Tage auf den betroffenen Stellen. Die Wirkung beruht auf der direkten Stimulation der Hautrezeptoren und zum anderen auf einer Gewebeanhebung unter dem Band.

## MUSIKERAMBULANZ

Musikersprechstunde: ist die Therapie von Musikern unter anderem mit Kontrolle am Instrument, Beseitigung von Funktionseinschränkungen, Vorbeugung von Spielerkrankungen, Verbesserung der musikalischen Spielweise und Ausdrucksmöglichkeiten als Folge der Therapie, Ökonomisierung und Optimierung von Bewegungsabläufen, Verbesserung der Koordination und Erhalt des Therapieerfolgs.

*mehr Information unter [www.dgfmm.org](http://www.dgfmm.org)*

## GUTSCHEINE

für alle Therapien können Sie auch Gutscheine erhalten.