

Cranio Sacral und Viszerale Therapie

Jedes Organ unseres Körpers (Gehirn, Nerven, Knochen, Muskeln, Eingeweide...) ist von einer dünnen Bindegewebshülle (Faszie) umgeben, welche vom Scheitel bis zur Zehe miteinander in Verbindung stehen. Sie sind oft der Grund warum die Schmerzursache nicht im gleichen Organ liegt, wie der Schmerz selbst.

Bei der Cranio Sacral Therapie werden die Faszien des Bewegungsapparates, sowie Knochen und deren Verbindungen behandelt, während bei der Viszeralen Therapie die Eingeweide im Vordergrund stehen.

Indikationen:

Funktionelle/ psychosomatische Symptomaten, Narben, Verdauungsprobleme, Periodenschmerzen, Gewebsspannungen, Migräne, Verletzungen aller Art

Fußreflexzonenmassage

Die Fußreflexzonenmassage wirkt über s.g. „cutiviszereale“ Reflexbögen. Durch Druck auf die Zone am Fuß wird das entsprechende Organ mehr durchblutet. Sehr hilfreich ist diese Technik, wenn es noch zu früh, oder zu schmerzhaft ist, am betroffenen Organ selbst zu arbeiten. Die FRZM ist äußerst vielseitig einsetzbar und kann auch von Ihnen selbst durchgeführt werden.



Marlene Egger
Physiotherapeutin

Praxis Kranebitten:

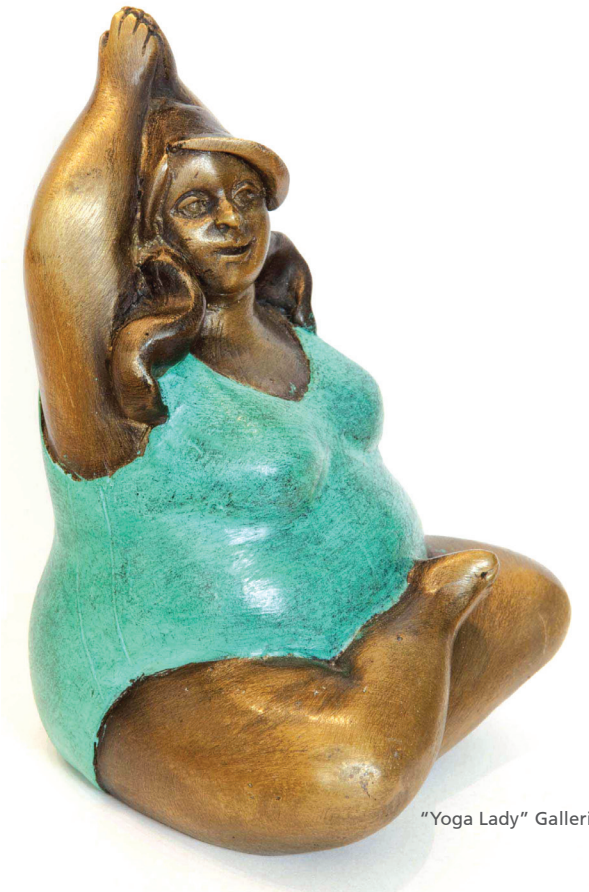
tel 0650/ 870 99 14
add Kranebitterbodenweg 14
6020 Innsbruck
mail marlene.egger@gmx.at
web physio-heilungsprozess.at

Praxis Stadt:

tel 0512/ 254280
add Andreas Hofer Straße 31
6020 Innsbruck
mail marlene@therapiezentrum-wagner.at
web therapiezentrum-wagner.at

Physiotherapie in der Gynäkologie

Marlene Egger
Physiotherapeutin



“Yoga Lady” Galleria Maria *

Die Physiotherapie entwickelt sich ständig weiter. Altes Wissen kombiniert mit neuen Erkenntnissen lässt neue Behandlungsformen entstehen.

Gerade in der Gynäkologie gibt es Vieles, das die Physiotherapie zur Gesundheit und zum Wohlbefinden der Frau beitragen kann.

Periodenschmerzen

Einmal im Monat ist es soweit: Kopf-, Bauch-, Rückenschmerzen, Stimmungsschwankungen, oder Verdauungsprobleme in allen Variationen und Intensitäten. Tabletten und Hormone waren lange Zeit die Antwort. Die Fußreflexzonenmassage, das Kinesiotape und vor allem die Viszerale Therapie sind sehr effektive Methoden, um dieses Problem schnell und nachhaltig zu lösen.

Beckenbodengymnastik

Der Beckenboden ist eine zentrale Struktur in unserem Körper und unter anderem für die Tiefenstabilisation und Druckregelung im Rumpf zuständig. Dabei arbeitet er mit Teilen der Bauch- und Rückenmuskulatur eng zusammen – was bedeutet, dass Sie mit Beckenbodenübungen nicht nur Senkungen und Inkontinenzen entgegenwirken, sondern auch Rückenschmerzen und Bandscheibenvorfällen.

Ob nach der Geburt, prophylaktisch oder akut, ob für den Unterleib, den Rücken, oder nur für ihr Wohlbefinden, vom Beckenbodentraining profitieren sie immer.

Narben

Bei jeder Operation werden Haut, Lymphgefäße und Bindegewebsschichten (Faszien) durchtrennt. So auch bei Kaiserschnitten, Brust OPs, Organentfernungen usw. Dabei kann es zu Verklebungen der einzelnen Gewebsschichten kommen. Diese Bewegungseinschränkung bedeutet meist auch eine Funktionseinschränkung.

Sollten die Schmerzen bestehen bleiben, oder Symptome in Organen oder benachbarten Gelenken auftreten, ist es ratsam die Narbe behandeln zu lassen. Typisch nach Operationen sind die Schwellung des umliegenden Gewebes und damit verbunden auch ein gewisses Taubheitsgefühl.

Die manuelle Lymphdrainage und das Kinesiotape verbessern die Mikrozirkulation im verletzten Gewebe und beschleunigen so den Selbstheilungsprozess.

Mit der Viszeralen Therapie können Spannungen und Verklebungen gelöst werden, selbst wenn die Operation Tage, Wochen, Monate oder Jahre zurück liegt.

Behandlungstechniken und ihre Wirkungsweisen:

Kinesiotape

Das Kinesiotape wird mit Vordehnung auf der entsprechenden Stelle angebracht. Dort zieht es sich zusammen und hebt so die Hautschichten voneinander ab. Dadurch verbessert sich die Mikrozirkulation des Gewebes (→ unterstützt den Selbstheilungsprozess, Muskeln werden leistungs- und dehnfähiger) und der Druck auf Schmerzrezeptoren wird geringer (Schmerzlinderung). Das Kinesiotape ist eine kosten-günstige und sehr effektive Begleitung der Therapie und erfreut sich im Spitzensport, wie auch in der Medizin wachsender Beliebtheit.

Indikationen:

Periodenschmerzen, Lymphödeme/ Schwellungen, muskuläre Dysbalancen, Knochenbrüche, Bänderrisse, Narben...

