

Krankengymnastik – manuelle Extension (ME) der HWS

nach Onderka / Müller-Stephann



Die angenehme und schonende Behandlung wird im Bereich der Halswirbelsäule und des Schultergürtels durchgeführt. Der Patient befindet sich in Rückenlage, wobei die Halswirbelsäule in eine Extension/Streckung gebracht wird. Der Behandler hält während der Therapie den Kopf des Patienten in seinen Händen und führt dehnende, mobilisierende und lockernde Griffe durch. Es kommt zur Entspannung der Hals-, Nacken- und Schultergürtelmuskulatur. Die Halswirbelsäule und der Spinalraum werden entlastet, das Bewegungsausmaß wird verbessert und Gefäßstrukturen reguliert. Vor der Behandlung ist es günstig das Behandlungsgebiet vorzubereiten zum Beispiel mit einer Wärmepackung oder Schröpfen.

Anwendungsgebiete sind:

- HWS-Syndromen
- Blockierungen und Bewegungseinschränkungen der HWS
- Schulter-Arm-Syndromen
- Missempfindungen im Bereich der Arme
- Veränderungen im Bereich der Wirbelgelenke der HWS
- Muskuläre Verspannungen im Bereich der HWS
- Kopfschmerzen im Bereich des Hinterkopfes
- Tinnitus

Mögliche Gegenanzeigen:

- Starke Schmerzen bei der Bewegung
- Krankheiten und Verletzungen, bei denen eine Ruhigstellung (Immobilisation) notwendig ist
- akute Kompression eines Nervs
- fieberhafte Infekte