



Krankengymnastik – KG

Die krankengymnastische Therapie beginnt mit einem Befund, wobei vom Physiotherapeuten der individuelle Patientenstatus erhoben wird.

Mit Hilfe von aktiven und passiven Maßnahmen wird die Ursache der Störung oder Schädigung behandelt, der Heilungsprozess angeregt, um das alltägliche Wohlbefinden wieder herzustellen und Schmerzen zu reduzieren oder zu beseitigen.

Die krankengymnastische Therapie unterstützt auch den Heilungserfolg anderer Behandlungsmethoden und verbessert die physische und psychische Gesundheit. Wichtig ist die aktive Mitarbeit des Patienten.

Krankengymnastik ist meistens eine dauerhafte Aufgabe. Auch nach einer fachgerechten Anleitung sollten Betroffene die Übungen regelmäßig weiter durchführen.

Krankengymnastik kann Einzel- oder in Gruppen durchgeführt werden.

Folgende Behandlungsformen werden in der Praxis durchgeführt:

- Krankengymnastik (KG)
- KG PNF
- KG nach dem Brügger Prinzip
- KG, Spezialisiert auf die Behandlung der Krankheitsbilder Schwindel
- KG, Manuelle Extension der Halswirbelsäule (ME)
- KG im Schlingentisch

Ziele in der Therapie sind:

- Beseitigung von Ungleichgewichten in der Muskulatur (muskuläre Dysbalancen)
- Dehnung verkürzter Muskelgruppen
- gezielte Kräftigung abgeschwächter Muskulatur
- Haltungsverbesserung
- Krankmachende Bewegungsabläufe sollen durch gezieltes Üben dauerhaft modifiziert und verändert werden.
- Beseitigung von Bewegungseinschränkungen
- Mobilisation bei Bettlägerigkeit bis zum Sitzen, Stehen und Gehen. Dies findet in der Regel im Hausbesuch statt.
- Vertiefung der Atmung bei Lungen – und Asthmakranken
- Kräftigung gelähmter Muskulatur. Lähmungen werden mit speziellen Übungen behandelt, die in unserer Praxis mit PNF (Propriozeptive neuromuskuläre Faszilitation) durchgeführt werden. Dabei werden meistens alltägliche Bewegungsmuster so lange wiederholt, bis sich im Gehirn die durch die Lähmungsursache (Schlaganfall, Unfall) "gelöschten" Programme neu entwickeln. Für diese Behandlung
- braucht ein Physiotherapeut eine Zusatzausbildung

Einige Einsatzgebiete der Krankengymnastik sind:

- Erkrankungen des Stütz und Bewegungsapparates, wie z.B.
 - Wirbelsäulenerkrankungen
 - Erkrankungen, Operationen und Verletzungen der Extremitäten und ihrer Gelenke
 - Chronifizierte Schmerzsyndrome
- Erkrankungen des Nervensystems z.B. mit Spastik , mit schlaffen Lähmungen und Koordinationsstörungen (Schlaganfall, Parkinson, MS und weitere Erkrankungen)
- Erkrankungen der inneren Organe, wie z.B. Störungen der Atmung, Störungen der Durchblutung, Abflussstörungen des Lymphsystems
- Störungen der Ausscheidung und der Dickdarmfunktion
- Schwindel verschiedener Ursache
- Störungen der Prostata und der Eierstöcke
- Trophische Störungen, Störungen der vegetativen Regulation

Mögliche Gegenanzeigen:

- Starke Schmerzen bei der Bewegung
- Krankheiten und Verletzungen, bei denen eine Ruhigstellung (Immobilisation) notwendig ist
- akute Kompression eines Nervs
- fieberhafte Infekte
- bei vorliegendem Bluthochdruck ist eine sogenannte Pressatmung zu vermeiden
- Größere Hautverletzungen
- frische, nicht ausgeheilte, großflächige Verbrennungen
- nässende Ekzeme