

Beratung

Nahezu alle Wirbelsäulenerkrankungen ziehen für den Patienten weitreichende Folgen in seinem Berufs- und Privatleben nach sich. Die exakte Diagnosestellung auf der Basis einer ausführlichen Erhebung der Krankengeschichte, körperlicher, neurologischer und apparativer Untersuchung ist die Grundlage für eine individuelle Beratung des Patienten.

Nach erfolgter Diagnosestellung kann dann ein auf die jeweilige Situation abgestimmter Therapieplan erstellt werden, der, je nach Befund, ein rein konservatives Vorgehen mit verschiedenen Anwendungen oder eine Operation zur Behebung oder Verbesserung des Krankheitsbilds beinhalten kann.

Die Beratung soll dem Patienten das Verständnis für sein Krankheitsbild vermitteln, damit er mit diesem Wissen die Grundlage erhält, den erarbeiteten Therapieplan konsequent umzusetzen, um dadurch den Verlauf seiner Erkrankung positiv und anhaltend zu beeinflussen.

Krankengymnastik, Physikalische Therapie

Krankengymnastik wird therapeutisch eingesetzt, um Funktionen der Beweglichkeit, Kraft, Koordination und der muskulären Balance zu erhalten (prophylaktische Anwendung), zu verbessern oder wiederherzustellen (rehabilitative Anwendung).

Hauptziele der krankengymnastischen Therapie sind:

- Behandlung einer muskulären Dysbalance
- Schmerzminderung und Funktionsverbesserung
- Aufdehnung verkürzter Muskel- und Sehnenstrukturen
- Kräftigung der Muskulatur, eventuell mit Trainingsgeräten
- Haltungs- und Bewegungsschulung
- Erkennung und Behandlung von pathologischen Bewegungsmustern
- Behandlung der Gelenke mit Funktionsstörung
- Verhinderung von Inaktivitätsatrophien (Muskelverkürzungen und Muskelrückgang)

Krankengymnastisch behandelt werden hauptsächlich:

- Angeborene und degenerative (abnutzungsbedingte) Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparats
- Traumatisch, entzündlich oder funktionell verursachte Störungen der Beweglichkeit
- Durch das Gehirn oder das Rückenmark zentral bedingte Bewegungsstörungen
- Periphere Lähmungen durch Muskelveränderungen

Nach Erhebung des krankengymnastischen Befunds können die vorliegenden funktionellen Störungen mit verschiedenen Techniken individuell behandelt werden.

- Spezielle krankengymnastische Therapieformen bei der Skoliosebehandlung:

In Abhängigkeit von den vorliegenden Befunden ist der Einsatz gezielt wirkender physiotherapeutischer Maßnahmen unter professioneller Anleitung ein zentrales Element der konservativen Behandlung.

- Dreidimensionale Skoliosebehandlung nach Katharina Schroth

Die dreidimensionale Skoliosebehandlung nach Katharina Schroth stellt ein sehr komplexes physiotherapeutisches Behandlungsschema dar, das bei intensivem Training unter Anleitung und regelmäßiger Anwendung sehr hilfreich sein kann.

- Behandlung nach dem Vojta Konzept

Vojta hat ein Bewegungsentwicklungsmodell entwickelt, das bei jedem Menschen individuell ein Bewegungsmuster beinhaltet, das die Körperlage im Raum sichert, Aufrichtung und zielorientierte Bewegung ermöglicht und die Muskelfunktion innerhalb der Muskelketten differenziert. Bei diesen Vorgängen, die automatisch und unwillkürlich ablaufen, steht die Wirbelsäule im Zentrum. Bewegungsmuster können reflektorisch aktiviert werden, wodurch die Wirbelsäule dreidimensional beeinflusst werden kann.

- E-Technik (Hanke-Konzept)

Hierbei handelt es sich um eine neurophysiologische Behandlungsmethode, die auf der Grundlage des Vojta Konzepts weiterentwickelt wurde. Sie hilft, gestörte Bewegungs- und Haltungsmuster zu verbessern.

Die genannten Therapiemethoden können in Kombination mit dem Erlernen spezieller Atemtechniken dem Patienten helfen, die Wirbelsäule zu stabilisieren und neue Bewegungs- und Haltungsmuster zu erlernen. Wie bei der Anwendung jeder konservativen unterstützenden Behandlungsmethode hängt der Erfolg von der professionellen Anleitung und der Regelmäßigkeit der durchgeführten Übungen im Alltag ab.

Manuelle Therapie

Die manuelle Therapie ist ein schonendes Behandlungsverfahren bei Erkrankungen des Bewegungsapparats, bei der mit speziellen Handgrifftechniken an den Gelenken, der Wirbelsäule und den Wirbelgelenken der vorliegende Befund der Funktionsstörung erhoben werden und behandelt werden kann. Die speziellen Handgriffe können sowohl zur Schmerzlinderung, als auch zur Mobilisation von gestörten Bewegungsabläufen angewendet werden. Die manuelle Therapie greift mit ihren Techniken in der Wechselwirkung der Funktionseinheit Gelenk-Muskulatur-Nervenversorgung ein, wobei abhängig vom erhobenen Befund verschiedene Mobilisationstechniken zur Anwendung kommen:

- Durch die Weichteilbehandlung werden mit verschiedenen Dehnungs- und Entspannungstechniken die verkürzten Strukturen „verlängert“
- Mit der Traktionstechnik wird an betroffenen Gelenkanteilen durch manuellen Zug eine Druckentlastung provoziert, wodurch es zur Schmerzreduktion kommen kann
- Mit der Technik des translatorischen Gleitens kann ein reduziertes Beweglichkeitsspiel der Gelenke wiederhergestellt werden.

Chirotherapie

Die Chirotherapie ist eine Behandlungsmethode für schmerzhafte Funktionsstörungen der Gelenke, Wirbelsäule und der Wirbelgelenke, bei der durch manuelle Handgrifftechniken Gelenkblockierungen wieder „eingerenkt“ werden und chronische Schmerzen im Bewegungssystem vermindert werden können.

Die Chirotherapie sollte nur von speziell ausgebildeten Therapeuten angewendet werden, da eine falsche Manipulation an der Wirbelsäule und den Wirbelgelenken zu massiven Schäden bis hin zu Lähmungen führen kann.

Bei akuten Entzündungen, Bandscheibenvorfällen, Frakturen, Osteoporose und einer erhöhten Blutungsneigung (Hämophilie) darf die Chirotherapie nicht angewendet werden.

Extensionsbehandlung

Bei dieser Behandlungsart wird Zugkraft auf die Wirbelsäule und die Gelenke der Extremitäten ausgeübt, wodurch es durch Entlastung der Wirbelsäulenabschnitte, Bandscheiben und eventuell komprimierter Nervenwurzeln, sowie der Gelenke zur Linderung von Beschwerden kommt. Die Extensions- oder Traktionsbehandlung wird in der Regel auf dem Extensionstisch oder Schlingentisch durchgeführt. Mit der Glissonschiene kann eine dosierte Traktion (Streckung) der Halswirbelsäule erzielt werden, das Perle'sche Gerät übt Traktion auf die Lendenwirbelsäule aus, wodurch es zur Entlastung der entsprechenden Rückenmarksnerven und Bandscheiben mit Rückgang der Schmerzen kommt. Die Wirkung der Traktion wird vom Physiotherapeuten durch die Zugrichtung, den Kraftansatz und eine entsprechende Stellung der jeweiligen Gelenke bestimmt

Osteopathie

Die Osteopathie ist eine ganzheitliche Therapiemethode, die die durch manuelle Grifftechniken Funktionsstörungen an der Muskulatur, den Muskelhüllen (Faszien), Bändern, dem gesamten knöchernen Skelett und den inneren Organen erkennen und behandeln kann.

Die Osteopathie gliedert ihren Therapiebereich in das Muskel-Skelett-System mit Knochen, Gelenken, Muskeln, Muskelhüllen (Faszien), Sehnen und Bändern, in das System der inneren Organe und das Craniosacrale System, das aus dem Schädel (cranium), dem Kreuzbein (os sacrum) und der verbindenden Wirbelsäule besteht.

Die physikalische Therapie benutzt natürlich vorkommende oder apparativ erzeugte Energie wie Strom, elektromagnetische Wellen oder Wärme um Heilungsvorgänge zu unterstützen und zu verbessern. Methoden der physikalischen Therapie sind Wassertherapie, Elektrotherapie, Wärme- und Kälteanwendung, Massagen und Extensionsbehandlung.

Hydrotherapie (Wassertherapie)

Die Anwendung von Wasser zu Heilzwecken war schon bei den Römern bekannt, Sebastian Kneipp zählte die Hydrotherapie zu den fünf Säulen der Naturheilmethoden.

In der Hydrotherapie kommen folgende Verfahren zur Anwendung:

- Wassergüsse
- Waschungen
- Bäder
- Sauna
- Wickel
- Packungen

Thermotherapie (Wärmebehandlung – Kältebehandlung)

Bei der Wärmetherapie wird durch Wärmeabgabe von Moorpackungen, Fango, Rotlicht oder heißer Rolle eine Durchblutungsförderung, eine Stoffwechsellanregung und eine Entspannung der Muskulatur der erkrankten Körperregionen erreicht, wodurch bestehende Schmerzen reduziert werden.

Bei der Kältebehandlung (Kryotherapie) findet durch Eisauflagerung eine lokale Abkühlung der betroffenen Gewebe statt, wodurch es zur Schmerzlinderung kommt.

Elektrotherapie

Bei diesem Verfahren erreicht man durch die Anwendung von Stromimpulsen mit konstanten oder unterschiedlichen Frequenzen eine Förderung der lokalen Durchblutung der behandelten Gewebe, eine Regulation der Muskelspannung (Muskeltonus), eine Anregung des lokalen Stoffwechsels und eine Reduzierung der Schmerzen.

Massage

Massage stammt aus dem griechischen und bedeutet „Kneten oder Reiben“. Die Technik der Massage wurde bereits von Hippokrates (460-377 v.Chr.) beschrieben.

Bei dieser Anwendungstechnik sollen durch gezielte Massagegriffe folgende Reize auf die behandelnden Gewebe gesetzt werden:

- Reduktion der Schmerzen
- Psychische Entspannung
- Förderung der Durchblutung
- Entstauung von Venen und Lymphgefäßen
- Wiederherstellung einer normalen Muskelspannung

Je nach vorliegender Funktionsstörung kommen verschiedene Massagetechniken wie klassische Massage, Bindegewebsmassage, Reflexzonenmassage, manuelle Lymphdrainage und andere Massageanwendungen zum Einsatz.

PNF (Propriozeptive neuromuskuläre Faszikulation)

Die PNF ist eine spezialisierte Übungsbehandlung, bei der durch Widerstände, die der Therapeut dem Patienten bei den Übungen entgegensetzt, ein verbessertes Zusammenspiel zwischen Muskulatur und den versorgenden Nerven wieder antrainiert werden soll.

Die PNF findet ihre Anwendung in der Behandlung von Lähmungen nach Schlaganfall, Schädelhirntrauma, nach Operationen des Bewegungsapparats, multipler Sklerose und Parkinsonscher Krankheit.