Was ist Physiotherapie ?

1. Was ist Physiotherapie

Physiotherapie ist der Sammelbegriff einer Vielzahl von Methoden und Techniken zur Behandlung von Schmerzen und/oder Bewegungseinschränkungen des Bewegungsapparates.
Die Vorgehensweise und die Art der verwendeten Methoden ist abhängig von Art und Ursache der Störung, der Qualität, Intensität und Lokalisation der Schmerzen und/oder Bewegungseinschränkung, sowie der Belastbarkeit der verletzten Struktur.
Es werden ausschließlich Methoden angewandt, die nicht "invasiv" sind, d.h., die die Haut und ihre Strukturen nicht verletzen (im Gegensatz zu einer Injektion, bei der die Haut durchstochen wird).

2. Wer wird physiotherapeutisch behandelt?

Jeder, der von Beschwerden seines Bewegungsapparates oder von Einschränkungen seiner Bewegungsfähigkeit betroffen ist. Unabhängig von Alter oder Geschlecht, von Art und Umfang der Beeinträchtigung, kann Physiotherapie für Kleinkinder und Säuglinge ebenso erforderlich sein, wie für Menschen im hohen Alter. Ob Sportler oder Hausfrau, Manager oder Arbeiter, nach einem einfachen Armbruch oder einem lebensverändernden Schlaganfall, nach einer Sportverletzung oder bei akutem Rückenschmerz.
Menschen mit folgenden Krankheitsbildern:

3. Welche Methoden werden in der Physiotherapie angewandt?

- Techniken zur Verbesserung der Beweglichkeit (z.B. Manuelle Therapie)
- Verfahren zur Steigerung von Kraft, Ausdauer u. Koordination (PNF, med. Trainingstherapie etc.)
- Techniken zur Regulierung des Muskeltonus (Massagen etc.)
- Maßnahmen zur Verbesserung der Wahrnehmungsqualitäten
- Techniken zur Bahnung von Bewegungsimpulsen (Bobath, Vojta), insbesondere bei neurologischen Erkrankungen u. Lähmungen
- Maßnahmen der Thermo (Kälte-Wärme)- und Elektrotherapie
- Techniken der traditionellen chinesischen Medizin
- Entspannungs- und Atemtechniken
- Gangschulung
- Maßnahmen zur Wiedereingliederung in den Alltag (ADL)

4. Welche Ziele verfolgt die Physiotherapie?

Aufgabe der Physiotherapie ist es, die bestehenden Beeinträchtigungen des Bewegungsapparates möglichst weitgehend zu beheben und ein physiologisches (normales) und schmerzfreies / schmerzarmes Bewegungsverhalten zu erreichen. Die konkrete Festlegung des Therapiezieles ist abhängig von Ausprägung, Art und Umfang der Schädigung, Alter und Leistungsfähigkeit des Patienten und den bestehenden therapeutischen Möglichkeiten. In der Regel ist das Erreichen einer möglichst weitgehenden Selbständigkeit im Alltag bzw. die Wiedereingliederung in das Berufsleben die Zielvorgabe. In anderen Fällen erscheint der Erhalt der Pflegefähigkeit eines Patienten bereits als Behandlungserfolg; in anderen Fällen ist eine weitgehend schmerzarme Bewältigung des Alltags bereits ein Erfolg. Die jeweiligen Therapieziele sind im Dialog zwischen Therapeut und verordnendem Arzt abzuklären und dem individuellen Einzelfall anzupassen.