



Quelle Patienteninfo:
Bundesverband selbständiger Physiotherapeuten IFK e.V.

Wann und wie hilft Physiotherapie? Kopfschmerz-Kreislauf durchbrechen

Gerade bei Stress leiden viele unter Kopfschmerzen. Die meisten Menschen behandeln ihre sporadisch auftretenden Kopfschmerzen selbst mit frei verkäuflichen Schmerzmitteln. Anders sieht es bei schweren Kopfschmerz-Erkrankungen aus, wenn die Schmerzen lange anhalten oder regelmäßig auftreten, wie beispielsweise bei Cluster-Kopfschmerzen und Migräne. Dann wenden sich Kopfschmerz-Patienten an erfahrene Ärzte und Physiotherapeuten, die ihre Patienten kennen und sie bei ihrer individuell abgestimmten Behandlung begleiten. Die Therapie sollte rechtzeitig beginnen, damit die Kopfschmerzen nicht chronisch werden.

Die Manuelle Therapie bietet sehr wirksame physiotherapeutische Techniken für Kopfschmerzpatienten. Beim Sichtbefund, der Palpation und Funktionsprüfung können Physiotherapeuten die unterschiedlichen Ursachen von Kopfschmerzen differenzieren, die durch Blockierung, also Hypomobilität sowie durch Hypermobilität und sogar Instabilität z. B. nach einem Schleudertrauma entstehen. Diese Unterschiede führen zu gegensätzlichen Behandlungsansätzen. Physiotherapeuten achten außerdem bei der Therapieplanung auf die gesamte Wirbelsäule und die Extremitäten, um von dort ausgehende Fehlhaltungen und Fehlbelastungen, die sich auf die Halswirbelsäule auswirken, erkennen und korrigieren zu können. Physiotherapie kann durch die gezielte Lockerung und Kräftigung der Muskulatur sowie durch gezielte Mobilisation der Gelenke der Halswirbelsäule und eine Koordinationsschulung helfen, die Wirbelsäule zu entlasten. So kann etwa eine der Hauptursachen für Spannungskopfschmerz beseitigt werden. Physiotherapeuten können den Kreislauf aus schlechter Haltung, permanentem hohen Belastungsdruck auf die Wirbelsäule, Verspannung der Muskulatur im Nacken- und Schulterbereich und dauernden Kopfschmerzen durchbrechen.

Langes Sitzen bei schlechter, „krummer“ Haltung kann schlimme Folgen haben: Die Muskulatur in Nacken- und Schulterbereich verspannt, sendet Schmerzen aus, die erst in den Hinterkopf, dann in den gesamten oberen und vorderen Kopf ausstrahlt. Physiotherapeuten helfen mit Techniken aus der Massage, aus Fango- und Wärmeanwendungen, die verspannte Muskulatur zu lockern, bevor Hals- und Brustwirbel mit sanften manualtherapeutischen Techniken wieder beweglich gemacht werden. Wenn die Schmerzen so verringert oder beseitigt sind, wirkt die Behandlung der schlechten Sitzhaltung in Beruf und Alltag entgegen. Ein Muskelaufbautraining schult die Körperhaltung und entlastet den Rücken.



ELLEN ERDMANN
Krankengymnastik / Physiotherapie / Massage
Friedrich-Ebert-Straße 255, 42719 Solingen (Wald)
Telefon: 02 12 / 31 33 34, Fax: 02 12 / 65 17 27
E-Mail: info@ellen-erdmann.de, Domain: www.ellen-erdmann.de

Aufgaben der Physiotherapie

Der Vojta-Therapeut erstellt nach spezifischer Befunderhebung ein individuelles Therapieprogramm für den Patienten. Dabei stehen die Bewegungsentwicklung, die Qualität der Bewegung und die Funktionsstörungen des Bewegungsapparates im Vordergrund. Gemeinsam mit dem Patienten und ggf. den Bezugspersonen werden die Therapieziele festgelegt.

Neben der Grunderkrankung/-störung bestimmen Übungsfrequenz und Genauigkeit die Wirksamkeit und damit den Erfolg der Vojta-Behandlung. Eine wichtige Aufgabe des Vojta-Therapeuten ist daher die Therapieanleitung der Eltern/Bezugspersonen.

Ziel ist es, je nach Grunderkrankung/-störung, die therapeutische Aktivierung möglichst lang aufrecht zu erhalten. Dann verfügt der Patient bei täglich wenigen kurzen Therapieeinheiten über ein verbessertes Bewegungsniveau während des ganzen Tages.

Bei Säuglingen und Kindern kann die Vojta-Therapie den Reifungs- und Wachstumsprozess günstig beeinflussen. Bei Erwachsenen steht der Zugriff auf ehemals gesunde Bewegungsmuster im Vordergrund der Vojta-Therapie. Die Vojta-Therapie wird fortlaufend der Entwicklung und den Bedürfnissen des Patienten angepasst.

Wer verordnet die Bobath-Therapie?

Der behandelnde Arzt, z. B. der Kinder- oder Hausarzt, ein Neurologe oder Orthopäde stellt die Diagnose und legt entsprechend der Leitsymptomatik das Behandlungsziel fest. Er stellt dann eine Heilmittelverordnung für Krankengymnastik nach Vojta aus.

Wer kann nach dem Bobath-Konzept behandeln?

Physiotherapeuten erwerben das Grundwissen für die Vojta-Therapie in ihrer Ausbildung. Allerdings setzt ein optimales Behandlungsergebnis eine spezielle Fortbildung für die Therapie nach Vojta voraus.

Der Erfolg der Vojta-Therapie beruht auf der interdisziplinären Zusammenarbeit unter anderem mit Ergotherapeuten, Logopäden sowie mit Ärzten und Psychologen.



ELLEN ERDMANN
Krankengymnastik / Physiotherapie / Massage
Friedrich-Ebert-Straße 255, 42719 Solingen (Wald)
Telefon: 02 12 / 31 33 34, Fax: 02 12 / 65 17 27
E-Mail: info@ellen-erdmann.de, Domain: www.ellen-erdmann.de