



Propriozeptive neuromuskuläre Facilitation (PNF)

Das Ziel: Koordinierung physiologischer Bewegungsabläufe, Abbau pathologischer Bewegungsmuster und des Muskeltonus. Außerdem Muskelkräftigung und Muskeldehnung.

Der Weg: Die Methode führt zur Bahnung von Bewegungen über die funktionelle Einheit von Nerv und Muskel. Die Bahnung lässt sich stimulieren durch exterozeptive Reize (über Haut, Auge, Gehör). Hierzu zählen taktile Stimulation über manuellen Kontakt auf der Haut mit Hilfe des Lumbrikalgriffes, die verbale Stimulation über das Präparationskommando und das Aktionskommando sowie die visuelle Stimulation über Blickkontakt zur Therapeutin und zur übenden Körperregion.



Praxis Stracke

Krankengymnastik, Massage und Physiotherapie

Nottulner Landweg 56
48161 Münster-Roxel
Telefon 0 25 34/10 93
Telefon 0 25 34/89 63

eMail: info@praxis-stracke.de
www.praxis-stracke.de

Öffnungszeiten:

Montag – Donnerstag 8.00 – 20.00 Uhr
Freitag 8.00 – 14.00 Uhr

Sowie nach Vereinbarung

Unbedingt mitbringen:

Handtuch, bequeme Kleidung,
Bei Säuglings- und Kleinkindbehandlungen
das gelbe Vorsorgeheft.



Busverbindungen: Linie 1 und Linie 10
Kostenlose Parkplätze vor der Tür

Die Praxis ist ebenerdig und barrierefrei.

Praxis Stracke

Krankengymnastik, Massage
und Physiotherapie



Information

Neurophysiologische Techniken

- Bobath
- Vojta
- PNF

www.praxis-stracke.de



Praxis Stracke

Krankengymnastik, Massage
und Physiotherapie



Behandlung nach Bobath

Das Ziel: Das Bobath-Konzept wird bei neurologischen Erkrankungen eingesetzt. Die durch eine Störung im zentralen Nervensystem verursachte Dysregulation des Muskeltonus soll durch aktive Änderung pathologischer Bewegungsmuster korrigiert werden. Die Koordination des Bewegungsablaufs wird verbessert durch Optimierung der Tonusregulation, Unterstützung der Wahrnehmung, Hemmung abnormer Bewegungsmuster, Bahnung physiologischer Bewegungsmuster.

Der Weg: Bei der Behandlung von Kindern lernt das Kind unter den Händen des Therapeuten normale Bewegungsabläufe am eigenen Leib kennen. Die durch die Schädigung vorhandenen abnormen Haltung- und Bewegungsmuster müssen gehemmt werden, damit willkürliche, koordinierte Bewegungen ausgeführt werden können. Die Schulung der Kopf- und Rumpfkontrolle, Gleichgewichtsreaktionen, Gleichgewichtsübertragungen von einer auf die andere Körperseite, stehen im Vordergrund der Behandlung. Die Behandlung gründet auf der Hemmung von abnormalen Reflexaktivitäten und dem Wiederlernen normaler Bewegungen, z.B. durch Facilitieren (Bahnen der normalen Bewegung). Der Behandlungsbeginn wird möglichst frühzeitig angestrebt, um die Hirnfunktion während der Reifung in den ersten Lebensmonaten günstig zu beeinflussen.

Als Leitfaden dienen die normalen Entwicklungsstufen des Säuglings und Kleinkindes. Die Behandlung nach Bobath wird auch modifiziert in der Erwachsenen-Therapie angewandt, bei allen Bewegungsstörungen, die durch Hirnschädigungen hervorgerufen werden (z. B. Halbseitenlähmungen, Hirntumoren, Hirnverletzungen). Das Bobath-Konzept basiert auf der lebenslangen Fähigkeit des Nervensystems, sich Reizen durch Strukturänderung anzupassen (Plastizität des Nervensystems, Neuroplastizität).

Behandlungskonzept nach Vojta

Das Ziel: Dem Patienten wird eine verbesserte Haltung- und Bewegungsmöglichkeit vermittelt, die er auf Dauer in seine Spontanmotorik einsetzen kann. Ebenso werden die Wahrnehmungsmöglichkeiten über den Körper deutlich verbessert.

Die Behandlung ist durch Kombination und Variation der Zonen und durch Auswahl der Ausgangsstellungen individuell konzipierbar und einsetzbar. Voraussetzung für eine erfolgreiche Therapie ist die konsequente Arbeit drei bzw. viermal täglich.

Der Weg: Die Vojta-Behandlung regt das Gehirn an, das Programm der angeborenen idealen Bewegungsmuster in Gang zu setzen. Im sogenannten Fortbewegungsprinzip werden in bestimmten Ausgangslagen (Rückenlage, Seitenlage, Bauchlage) über definierte Zonen am Rumpf und an den Extremitäten Reize gesetzt. Diese bewirken Haltung- und Bewegungsmuster, die den ganzen Körper (einschließlich der Hände, der Füße und des Gesichts) erfassen. Diese Bewegungsmuster (Reflexkriechen und Reflexumdrehen) haben die für jede Fortbewegung untrennbaren Komponenten zum Gegenstand: Die Aufrichtung gegen die Schwerkraft, die zielgerichtete Bewegung und die dynamische Anpassung der Körperlage. Neben der physiologischen Einstellung der

Wirbelsäule und der Kugelgelenke sowie einer differenzierten Muskelarbeit sind u.a. eine Vertiefung der Atmung sowie eine Aktivierung des Kreislaufes und der Verdauung zu beobachten. Das Fortbewegungsprinzip ist als Basistherapie in allen klinischen Bereichen (Kinderheilkunde, Orthopädie, Chirurgie, Neurologie u.a.) und unabhängig vom Alter des Patienten einsetzbar.