

## Gesundheitsförderung

Gesundheitsberatung und Information sind wichtige Aufgaben der physiotherapeutischen Tätigkeit. Durch körperliche Arbeit, einseitige Belastung und mangelnde Bewegung kann es zu Beschwerden am Bewegungsapparat kommen, die mit Hilfe eines angepassten Übungsprogramms positiv beeinflusst werden können.

### Gesunder Rücken - besser leben

Die gezielte Kräftigung der Muskulatur und richtiges Bewegen im Alltag sind die Kernziele dieses Kurses.

### Gesunder Nacken - besser leben

Häufig sitzende Tätigkeiten führen zu einer verstärkten Belastung im Bereich der Halswirbelsäule. Kopfschmerzen und Verspannungen im Nacken- und Schultergürtelbereich sind die Folge.

Ein gezieltes Übungsprogramm schafft einen optimalen Ausgleich.

### Osteoporose - aktiv bleiben, gesund fühlen

Bei Osteoporose kommt es einerseits zur Verringerung der Knochenmasse, andererseits wird der Knochen poröser. Ein leichtes Ausdauertraining, gezielte Aktivität und spezifische Kräftigungsübungen verhelfen Ihnen zu mehr Fitness und Wohlbefinden.

## Kursangebot

- Ernährungsberatung
- Gesunder Rücken - besser leben
- Gesunder Nacken - besser leben

Mehr Information über das aktuelle Vortrags-, Kurs- bzw. Schulungsangebot finden Sie auf unserer Homepage:  
[www.diakonissen-krankenhaus-linz.at](http://www.diakonissen-krankenhaus-linz.at)

### Wichtig!

**Gerne können Sie die physiotherapeutischen Leistungen im Diakonissen-Krankenhaus Linz in Anspruch nehmen.**

**Ist nach Ihrem stationären Aufenthalt eine Physiotherapie erforderlich, so wenden Sie sich bitte für Terminvereinbarungen und Informationen zur Kostenübernahme durch Ihre Krankenkasse an das Team der Physiotherapeuten.**



Physiotherapie

## Physiotherapie

Physiotherapie dient der Aufhebung von Bewegungsstörungen und fördert die Heilungsprozesse im Körper. Im Rahmen der Therapie erhält der Patient Anleitungen zur Selbsthilfe, wobei die Aktivitäten des täglichen Lebens, wie Gehen, Stiegensteigen oder Lagewechsel besonders berücksichtigt werden.

Physiotherapie hat das Ziel, den PatientInnen eine optimale individuelle Bewegungs- und Schmerzfreiheit sowie weitestgehende Selbständigkeit zu ermöglichen.

Auf Grundlage der ärztlichen Diagnose erhebt die Physio-therapeutIn einen Fachbefund, die geeigneten Therapie-maßnahmen werden ausgewählt und angewendet. Das individuelle Therapieziel wird gemeinsam mit dem Patienten definiert.

Physiotherapie ist für

- Menschen mit angeborenen und/oder erworbenen Störungen des Bewegungsapparates (z. B. nach einem Unfall oder einer orthopädischen Operation).
- Menschen, deren Lebensqualität durch Bewegungseinschränkung und/oder Schmerz beeinträchtigt ist.
- Menschen mit akuten Krankheiten, Verletzungen, chronischen Beschwerden und angeborenen oder erworbenen Behinderungen.
- Menschen, die Zivilisationskrankheiten und Alterserscheinungen wirksam vorbeugen wollen.

Die physiotherapeutische Behandlung beginnt im Diakonissen-Krankenhaus Linz bereits während des stationären Aufenthaltes.

Die behandelnden Ärzte und die Physiotherapeuten arbeiten als interdisziplinäres Team eng zusammen.

## Behandlungsspektrum

### Akupunkt-Massage

Die Akupunkt-Massage versteht sich als Regulations-therapie auf der Grundlage der chinesischen Energie-lehre, wobei primär entlang der Meridiane gearbeitet wird.

### Elektrotherapie

Unter Elektrotherapie werden alle Behandlungs-verfahren zusammengefasst, bei denen elektrische Energie therapeutisch genutzt wird.

### Funktionelle Bewegungslehre

Die Funktionelle Bewegungslehre enthält vielfältige therapeutische Übungen, durch die der Patient lernen kann, funktionelle Probleme zu beheben und ein ökonomisches Bewegungsverhalten wieder zu erlangen.

### Gangschulung

Ein Ziel der Gangschulung ist das Vermeiden von Folgeerkrankungen, die aufgrund von abnormen Bewegungsmustern auftreten können.

### Heilmassagen

Bei der Heilmassage wird der Blutkreislauf angeregt, der Stoffwechsel verbessert und Blockaden gelöst.

### Manualtherapie

Untersuchungs- und Behandlungstechnik, die sich mit dem Auffinden und Behandeln von Funktionsstörungen am Haltungs- und Bewegungsapparat befasst.

### Manuelle Lymphdrainage

Die Lymphe werden mit sehr weichen, pumpenden Massagegriffen in Richtung Lymphabfluss „geschoben“. Die Lymphdrainage regt den Lymphtransport an und wirkt somit entspannend und entstauend.

### Medizinische Trainingstherapie

Die medizinische Trainingstherapie ist eine rein aktive Behandlungsform mittels Geräten und Zugapparaten.

### Osteopathie

Ganzheitliche Methode, deren wichtigste Grundlagen das Funktionieren des menschlichen Körpers als Einheit und seine Fähigkeit zu Selbstregulation und Selbstheilung ist. Die osteopathische Behandlung hat das Ziel, körperliches und seelisches Wohlbefinden wieder herzustellen.

### Skoliosebehandlung

Wesentliche Punkte der Behandlung sind Haltungverbesserung, Verbesserung der kardiopulmonalen Ausdauer und Schmerzlinderung.

### Triggerpunkttherapie

Triggerpunkte sind lokal begrenzte Verhärtungen in der Muskulatur. Sie sind druckempfindlich und können ausstrahlende Schmerzen verursachen.

### Medi-Taping

Medi-Taping ist eine medikamenten- und nebenwirkungsfreie Schmerztherapie und bewirkt nicht nur auf unserem Lymphsystem eine 24-stündige Micromassage. Das Medi-Taping nimmt Einfluss auf das neurologische und zirkulatorische System. Der Therapeut klebt nach energetischen Therapieregeln die Meridiane und Akupunkturpunkte des Patienten ab. Dabei wird eine einzigartige stimulierende Wirkung auf den Energiekreislauf des Körpers erzielt.