

Physiopark

R E G E N S B U R G



"gefällt mir" auf facebook:



PHYSIOPARK NEWSLETTER

März 2018

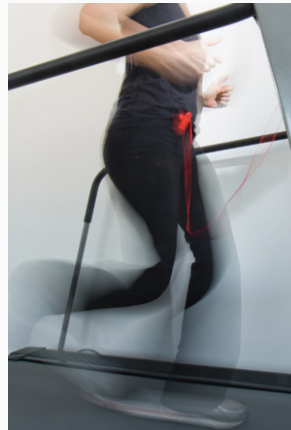
- [1. Ab September: der Physiopark übernimmt die Physiotherapie im Caritas-Krankenhaus St. Josef](#)
- [2. Lymphdrainage: was ist das? Wie wirkt sie?](#)
- [3. Physiotherapie: Funktion und Wirkung](#)
- [4. Stark in den Frühling: Angebot Medizinische Trainingstherapie](#)

1. Ab September: der Physiopark übernimmt die Physiotherapie im Caritas-Krankenhaus St. Josef

In naher Zukunft sind wir auch im regensburger Caritas-Krankenhaus St. Josef für unsere Patienten da. Der Physiopark wird dort mit dem Aufbau einer neuen Physiotherapie-Abteilung eine sehr verantwortungsvolle Aufgabe übernehmen.

Um dieses Engagement in der von uns gewohnten hohen Qualität realisieren zu können, [suchen wir zum 1. September diesen Jahres eine Physiotherapeutin bzw. einen Physiotherapeuten](#) in Vollzeit und Teilzeit. Die Schwerpunkte werden u. a. auf der Behandlung im Krankenhaus und der Geriatrie liegen.

An dieser Stelle möchten wir auch die eifrigen Leserinnen und Leser unseres Physiopark Newsletters herzlich bitten, wissbegierige Talente auf unser Anliegen aufmerksam zu machen! Kennen Sie Berufsanfänger, gestandene Fachkräfte oder auch Berufsveteranen auf dem Fachgebiet der Physiotherapie? Für Ihre Empfehlung wären wir sehr dankbar!



4. Stark in den Frühling: Angebot Medizinische Trainingstherapie

Der Frühling naht mit großen Schritten. Höchste Zeit, sich entsprechend vorzubereiten. Geben Sie der Frühjahrsmüdigkeit keine Chance und starten Sie durch. Am besten mit einem umfassenden und effektiven Trainingsprogramm im Physiopark. Unabhängig von einer Behandlung können Sie im Physiopark trainieren. Dafür bieten wir Ihnen zwei Möglichkeiten:

1. „Kranken Gymnastik am Gerät“ (KGG, verordnet von einem Arzt)
2. Erwerben Sie eine 10er-Karte, einen Viertel-, Halb- oder

Weitere Informationen erhalten Sie auf unserer Website unter:

<http://www.physiopark-regensburg.de/jobs/>

2. Lymphdrainage: was ist das? Wie wirkt sie?

Wem hilft die Lymphdrainage, wer führt sie durch und was ist zu beachten?

Mit speziellen Handgriffen wird gestaute Flüssigkeit aus dem Gewebe gelöst. Geschulte Therapeuten lindern so z. B. Schwellungen an Armen und Beinen. Die sogenannte manuelle Lymphdrainage kommt oft als Teil eines umfassenden Therapiekonzeptes zum Einsatz.

Die Wirkung der Lymphdrainage

Die manuelle Lymphdrainage soll den Lymphabfluss anregen. Flüssigkeit und Nährstoffe gelangen über den Blutkreislauf in das Gewebe. Der überwiegende Teil wird wieder in das Blut überführt, ein Teil verbleibt jedoch im Gewebe und sammelt sich zwischen den Zellen an. Über Lymphbahnen wird diese Lymphflüssigkeit wieder dem Blutkreislauf zugeleitet.

Neben dem Blutkreislauf ist das Lymphgefäßsystem das wichtigste Transportsystem im Körper. Es spielt auch für das Immunsystem eine wichtige Rolle. Ist der Lymphabfluss behindert, können durch den Stau von Flüssigkeit im Gewebe Schwellungen unter der Haut entstehen. Die oberflächlichen Lymphbahnen verlaufen dicht unterhalb der Haut und können mittels rhythmischer, kreisender und pumpender Bewegungen mit dem Ziel eines verbesserten Abflusses stimuliert werden. Anders als bei einer Massage erfolgen die Handgriffe sehr sanft.

Wann wird Lymphdrainage angewendet? Wann wird abgeraten?

Staut sich Lymphflüssigkeit im Gewebe, kann die Lymphdrainage hilfreich sein. So kann z. B. der Lymphabfluss nach einer Operation behindert sein, wenn Lymphbahnen durchtrennt wurden. In der Folge schwellen dadurch beispielsweise ein Bein oder Arm an. Auch Patienten, die unter einem Lipolymphödem leiden, profitieren häufig von der manuellen Lymphdrainage. Diese meist angeborene Krankheit geht mit vermehrten Fetteinlagerungen in den Beinen einher, was einen Stau der Lymphflüssigkeit bewirkt. Die Lymphdrainage kommt außerdem auch nach Sportverletzungen sowie einer Venenschwäche infrage.

Die Behandlung mit einer Lymphdrainage kommt nicht infrage bei einer akuten Thrombose oder Infektion sowie für Patienten mit einer ausgeprägten Herzschwäche. Generell entscheidet der behandelnde Arzt, ob die Behandlung durchgeführt werden sollte.

Jahresvertrag

Natürlich können Sie Ihr Trainingsprogramm entsprechend Ihrer Trainingsfortschritte und spezieller Zielsetzungen individuell anpassen bzw. erweitern lassen. Wenn Sie z.B. einen Aktiv-Urlaub planen, Rückenschmerzen vorbeugen, Wettkampfvorbereitung oder Sturzprophylaxe betreiben wollen oder Ihr Herz-Kreislauf-System stärken möchten. Unsere Sportwissenschaftler stehen Ihnen als Ansprechpartner zur Verfügung!

Weitere Informationen finden Sie hier:

[Medizinische Trainingstherapie](#)

Besuchen Sie auch unsere Website:

www.physiopark-regensburg.de

Gefällt Ihnen unser Newsletter?

Empfehlen Sie ihn weiter - Familie, Freunde und Kollegen freuen sich sicherlich ebenfalls über nützliche und vielfältige Informationen zu Gesundheit, Bewegung und Beweglichkeit!

Newsletter empfehlen und weiterleiten:

<http://us2.forward-to-friend.com/forward?>

[u=983a5b66e61523099b72fab62&id=f787e462b0&e=10bcc66e2c](http://us2.forward-to-friend.com/forward?u=983a5b66e61523099b72fab62&id=f787e462b0&e=10bcc66e2c)

Wer darf behandeln?

Die Lymphdrainage wird von speziell geschulten Spezialisten, üblicherweise einem Physiotherapeuten, durchgeführt. Bestimmte Ärzte, wie beispielsweise Phlebologen, führen die Lymphdrainage ebenfalls durch. Eventuell erhalten Sie vom Therapeuten Tipps für daheim oder er zeigt einfache Handgriffe, mit denen Patienten den Lymphabfluss selbst anregen können. Ohne eine solche Anleitung wird jedoch davon abgeraten, die Behandlung selbst anwenden zu wollen weil z. B. betroffene Stellen zu intensiv behandelt werden könnten.

Lymphdrainage - eingebunden in eine Therapie

In Kombination mit weiteren Behandlungsmethoden werden i. d. R. bessere Ergebnisse erreicht. Die manuelle Lymphdrainage kommt darum meist in Ergänzung zu Krankengymnastik und Kompressionstherapie zur Anwendung. Dabei wird beispielsweise der Arm bandagiert, nachdem der Lymphabfluss angeregt wurde oder es ist ein Kompressionsstrumpf zu tragen. Die manuelle Lymphdrainage macht solche Maßnahmen dank des abschwellenden Effekts häufig erst möglich.

3. Physiotherapie: Funktion und Wirkung

Die früher als „Krankengymnastik“ bezeichnete Physiotherapie hilft, die Mobilität zu erhalten oder wieder herzustellen sowie Schmerzen zu lindern. Vorausgesetzt, die Patienten arbeiten gut mit - und das Gesundheitssystem lässt die Behandlung überhaupt zu.

Manchmal fällt die Diagnose relativ leicht. Der Orthopäde identifiziert die Beschwerden und verordnet eine gezielte physiotherapeutische Behandlung. Physiotherapeuten finden sich jedoch häufiger in der Situation, dass Patienten an weniger spezifischen Symptomen leiden, oft auch in Kombination mit weiteren Beschwerden. Ein entzündeter Schleimbeutel, ein Sehnenriss oder Schmerzen in der Gegend der Halswirbelsäule, die in anderer Bereiche ausstrahlen - der Physiotherapeut muss hier zunächst die Ursache der Beschwerden herausfinden. Eine Behandlung mit Bewegung ist bei Problemen mit der Muskulatur sowie Sehnen und Gelenken häufig die effektivste, manmal sogar die einzig sinnvolle für die betroffenen Patienten.

Umfassender Befund ist wichtig

Um ein möglichst umfassendes Bild von der Situation zu erhalten, stellt ein guter Therapeut seinem Patienten viele Fragen. So können z. B. die beruflichen oder die familiären Umstände Ursache für die Beschwerden sein und Anhaltspunkte für die Therapie geben. Die Krankheitsgeschichte wird erörtert, der Aufbau des Körpers sowie die Haltung werden begutachtet. Der mögliche Bewegungsumfang und die Kraft in der Muskulatur werden geprüft, Schmerzpunkte und Verspannungen ertastet. Ein

exakter physiotherapeutischer Befund stellt die Grundlage jeder erfolgreichen Behandlung dar.

Die eingehende Untersuchung und das intensive Gespräch werden von den meisten Patienten sehr geschätzt und man vermutet hierrin auch mit die wesentlichen Gründe dafür, dass die Physiotherapie durch die Betroffenen allgemein sehr gut angenommen wird. Wie wichtig persönliche Zuwendung bei der Behandlung von Krankheiten ist, belegen auch zahlreiche Studien.

Lücken im Gesundheitssystem und mögliche Versorgungsengpässe

Unser mittels Fallpauschalen und Budgets organisiertes Gesundheitssystem sieht eine so intensive Auseinandersetzung mit den Belangen und Bedürfnissen des Patienten jedoch kaum vor. Auch die Anwendung der Physiotherapie wird streng reglementiert. Nicht selten sogar deutlich zu streng, wodurch eine optimale Behandlung im ungünstigsten Fall nicht möglich ist.

Wegen vieler älterer und chronisch kranker Menschen nimmt die Notwendigkeit für die Behandlungsform Physiotherapie immer mehr zu. Etwa 183.000 Physiotherapeuten kümmern sich, Stand heute, um Patienten mit unterschiedlichsten Erkrankungen oder Verletzungen. Statistisch betrachtet benötigt jeder fünfte Bundesbürger im Lauf eines Jahres physiotherapeutische Behandlung. Die Ausgaben der gesetzlichen Krankenkassen für Physiotherapie lagen bereits im Jahr 2015 bei 4,4 Milliarden Euro, die Tendenz ist steigend.

Problematisch für die Fachrichtung sind auch stagnierende Zahlen bei den Absolventen, weshalb unter Experten das Entstehen von Versorgungsengpässen befürchtet wird. Physiotherapeuten müssen selbst hohe Kosten für ihre Aus- und Weiterbildung aufwenden. Gleichzeitig sind die Verdienstmöglichkeiten begrenzt. Kassenpatienten müssen im 20-Minuten-Takt behandelt werden, parallel besteht jedoch der Anspruch, die Behandlung immer stärker an wissenschaftlich fundierten Erkenntnissen und Methoden auszurichten.

Überwiegend individuelle Therapien

Die Wirksamkeit der Physiotherapie ist im Prinzip unbestritten. Mit natürlichen Reizen und Reaktionen werden Prozesse angestoßen, welche langfristig die Gesundheit und Lebensqualität verbessern. Aus Erfahrungswerten, Empfehlungen aus Leitlinien, etablierten Methoden und immer häufiger auch Forschungsergebnissen und permanenter Weiterbildung entstehen meist individuell auf den Patienten zugeschnittene Therapien. Bei der manuellen Therapie handelt es sich um eines der größten und bekanntesten Behandlungskonzepte innerhalb der Physiotherapie. Im Fokus stehen hier die exakte Position der Hände des Therapeuten, deren Bewegungsrichtung sowie die optimale Kraftausübung. Ergänzt wird die manuelle Therapie z. B. durch eine Vielzahl sinnvoller Übungen, die der Patient häufig auch daheim anwenden und damit aktiv zum Therapierfolg beitragen kann.

Vielfältige Einsatzgebiete

Die Physiotherapie kann außer bei Problemen mit Schulter, Knie oder Rücken u. a. bei einem knackenden oder klemmenden Kiefergelenk sowie einem schwachen Beckenboden enorm hilfreich sein. Hervorzuheben sind beispielsweise auch die Erfolge bei der Behandlung von Schlaganfall-Patienten.

Bei vielen chronischen neurologischen Erkrankungen, wie Parkinson oder multipler Sklerose, kann der Physiotherapeut Patienten helfen, möglichst lange ein selbstständiges Leben führen zu können. Im Rahmen der Rehabilitation technisch hoch entwickelte Hilfsmittel zum Einsatz, beispielsweise ein Gangtrainer für Patienten mit Lähmungserscheinungen.

Die Physiotherapie erfolgt im Auftrag der Ärzte, Routine und Kenntnisstand sind jedoch oft sehr unterschiedlich. Der Physiotherapeut weiß sehr viel über die funktionellen Zusammenhänge im Körper. Eine enge Zusammenarbeit zwischen Arzt und Therapeut ist darum die ideale Grundlage für ein erfolgreiches Behandlungskonzept und sogar Operationen können so hinausgezögert oder gar vermieden werden.

Wissenschaftlich immer fundierter

Methoden und Vorgehen in der Physiotherapie basierten früher vor allem auf Praxis und Erfahrung. Praktisch tätige Therapeuten entwickelten Methoden und gaben diese weiter. Seit einiger Zeit werden jedoch an Hochschulen immer mehr Lehrstühle für Physiotherapie eingerichtet, was auch die Forschung in Gang bringt. So werden zunehmend mehr Untersuchungen durchgeführt, die in Übersichtsarbeiten zusammengefasst werden. Diese Entwicklungen werden sicherlich dazu beitragen, die Physiotherapie zum Nutzen der Patienten weiter voranzubringen und ihren Stellenwert bei der Bewältigung von großen Aufgaben in der medizinischen Versorgung weiter zu stärken.

Besuchen Sie auch unsere Website:

www.physiopark-regensburg.de

Gefällt Ihnen unser Newsletter?

Empfehlen Sie ihn weiter - Familie, Freunde und Kollegen freuen sich bestimmt ebenfalls über nützliche und vielfältige Informationen zu Gesundheit, Bewegung und Beweglichkeit!