

## Traktion (ohne Geräte)/Schlingentisch

Bei der Extensionsbehandlung, Streckbehandlung oder auch Traktion wird eine gezielte Zugbelastung auf bestimmte Abschnitte der Wirbelsäule oder andere Gelenke ausgeübt. Gelenkpartner können hierbei auseinander gezogen werden, sodass Gelenkflächen entlastet sind und die umliegende Muskulatur gedehnt wird. Die Beweglichkeit wird dadurch verbessert und Schmerzen reduziert.

## Elektrotherapie

Bei der Elektrotherapie werden Elektroden, welche mit einem Elektrostimulationsgerät in Verbindung stehen, auf der Haut des Patienten angebracht. Über diese Elektroden wird ein individuell eingestellter Reizstrom übertragen. Die Auswahl des Reizstromes wird je nach Therapieziel vom Therapeuten bestimmt. Dabei kann es sich um eine Schmerzlinderung, die Anregung des Stoffwechsels und der Durchblutung, die Kräftigung der Muskulatur oder die Lockerung von verspannten Muskeln handeln.

## Ultraschall

Der Ultraschall wird über einen Schallkopf mit ca 5-6 cm<sup>2</sup> Fläche über ein Kontaktgel auf die erkrankte Region aufgetragen und dabei kreisend bewegt. Als Wirkung ist eine verstärkte Durchblutung und verbesserter Zellstoffwechsel bekannt. Auch wird die Schmerzschwelle angehoben. Somit können Verletzungen in Muskel- und Sehngewebe schneller heilen.

Akademisches Lehrkrankenhaus der  
Albert-Ludwigs-Universität Freiburg

## Kontakt

### Physiotherapie im Klinikum

**Leitung**  
Regine Kaiser  
[regine.kaiser@klhr.de](mailto:regine.kaiser@klhr.de)

Telefon 07751 85-4238  
Telefax 07751 85-4107  
[physiotherapie@klhr.de](mailto:physiotherapie@klhr.de)

### Terminvereinbarungen:

telefonisch: Mo - Fr 8.00 - 8.30 Uhr  
online: [www.klinikum-hochrhein.de](http://www.klinikum-hochrhein.de)

### Klinikum Hochrhein GmbH

Kaiserstr. 93-101  
79761 Waldshut-Tiengen  
Telefon 07751 85-0  
Telefax 07751 85-4177  
[service@klhr.de](mailto:service@klhr.de)

[www.klinikum-hochrhein.de](http://www.klinikum-hochrhein.de)



## Physiotherapie im Klinikum

**Wohltuende Anwendungen  
für Ihren Körper.**

## Physiotherapie im Klinikum

### Liebe Leserin, lieber Leser,

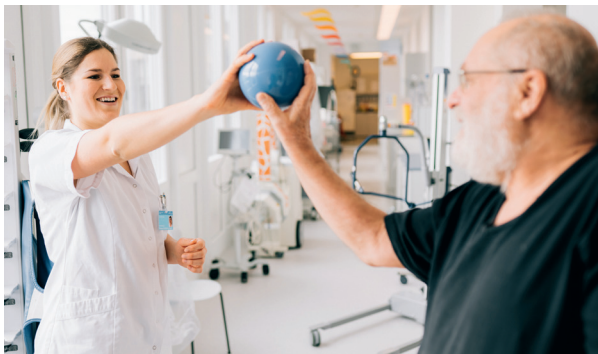
auch für externe Patienten bietet das Klinikum Hochrhein eine Vielzahl an physiotherapeutischen Anwendungen als Kassenleistung.

## Krankengymnastik

Die Krankengymnastik ist eine Behandlungsform, die der Verbesserung der allgemeinen Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des Körpers dient. Es werden sowohl passive als auch aktive Therapieformen angewandt. Dazu zählen unter anderem Dehnübungen und funktionelle Bewegungsübungen zur Verbesserung der Mobilisation, Koordination und Atmung sowie zur Vermeidung von Versteifungen. Diese werden unter Anleitung eines ausgebildeten Physiotherapeuten durchgeführt.

## Krankengymnastik mit manueller Therapie

Die manuelle Therapie dient der physiotherapeutischen Behandlung von allgemeinen Funktionsstörungen des Bewegungsapparates. Mit Hilfe von speziellen Handgriff- und Mobilisationstechniken werden gezielt Schmerzen des Patienten gelindert und Bewegungsstörungen beseitigt.



## Krankengymnastik auf neurophysiologischer Grundlage (Bobath)

Das Bobath-Konzept arbeitet mit der Fähigkeit des Umorganisierens im Gehirn. Gesunde Bereiche des Gehirns sollen dabei Aufgaben übernehmen, die im geschädigten Bereich des Gehirns abgespeichert sind. Angewendet wird diese Methode hauptsächlich nach einem Schlaganfall oder bei partiellen Lähmungen. Die Bobath-Therapie wird ärztlich verordnet und darf nur von zertifizierten Physiotherapeuten, Logopäden und Ergotherapeuten durchgeführt werden.

## Lymphdrainage

Die manuelle Lymphdrainage ist eine spezielle Massagetechnik, mit der Lymphstauungen im Gewebe und damit verbundene Schmerzen beseitigt werden können. Durch verschiedene Grifftechniken regt der Physiotherapeut das Lymphsystem an und fördert auf diese Weise den Abtransport von Flüssigkeiten und die Ausscheidung von Stoffwechselprodukten.

## Kompressionsbandage

Der zusätzliche Druck einer Kompressionsbandage verengt die Gefäße in der Unterhaut und unterstützt so die Muskeln in ihrer Funktion, Blut und Lymphe durch die Gefäße zu pumpen. Der Abtransport von Lymphflüssigkeit steigt; so werden die Gliedmaßen entlastet. Der Effekt unterstützt die Wirkung einer Lymphdrainage und wirkt Lymphödemen entgegen.

## Atemtherapie

Die Reflektorische Atemtherapie ist eine Behandlungsmethode mit der die Zwerchfellspannung durch gezielte Reizsetzung beeinflusst wird. Dies führt zu einer Regulierung der Atmung, was wiederum Einfluss auf unterschiedliche Funktionen des Körpers nimmt.

## Massage oder Bindegewebe-massage

Durch die Bindegewebe-massage werden lokale Verklebungen und Verspannungen gelöst. Zusätzlich wirkt sie regulierend auf das Nervensystem und beeinflusst innere Organe positiv.



## Fango

Bei der Fangotherapie wird ein Fango-Wärmeträger auf 40 bis 60° Celsius erhitzt und auf verspannte Körperpartien aufgelegt. Durch die Hitze wird die Durchblutung gefördert und Schmerzen gelindert. Zudem entspannt sich dadurch die Muskulatur und die Hitze kann besser in das Gewebe eintreten.

## Heiße Rolle

Die heiße Rolle ist eine physikalische Anwendung aus der Wärmetherapie. Sie bietet die Möglichkeit der lokalen Wärmeapplikation mit gleichzeitigem Massageeffekt.

## Eis/Kryotherapie

Die Kryotherapie ist eine Behandlung mit Eis. Das kann eine kurzzeitige Eisabreibung oder eine länger dauernde Eisauflage sein. Ziel dieser Behandlung ist eine Verminderung von Schwellungen, Schmerzlinderung, Entzündungshemmung und eine bessere Funktion von Gelenken und Muskeln.