

Prävention • Therapie • Rehabilitation

Bewegung ist Leben

Physiotherapie hilft.

Was ist Physiotherapie?

Die Physiotherapie befasst sich mit der Behandlung von Erkrankungen, Fehlentwicklungen, Verletzungsfolgen und Funktionsstörungen im Bereich Haltung, Bewegung, innere Organe und Nervensystem. Darüber hinaus wird Physiotherapie auch als vorbeugende Maßnahme zur Gesundheitsvorsorge (Prävention) eingesetzt. Ziel der Therapien ist es, in einem ersten Schritt eine optimale Bewegungs- und Schmerzfreiheit herzustellen. Dann erfolgt das Einüben von Aktivitäten des täglichen Lebens wie Gehen oder Waschen.

Als natürliches Heilverfahren nutzt die Physiotherapie körpereigene Heilungsprinzipien und Anpassungsmechanismen und ist eine Alternative oder sinnvolle Ergänzung zur medikamentösen und operativen Krankheitsbehandlung. Sie umfasst unter anderem die zehn wichtigsten Therapien wie:

- Bobath-Therapie
- Manuelle Therapie
- Manuelle Lymphdrainage
- Massagen
- Krankengymnastik (inkl. Atemtherapie)
- PNF-Therapie
- Psychomotorik
- Gerätegestützte Krankengymnastik
- Vojta-Therapie
- Wärme- und KälteTherapie

Weitere Informationen finden Sie auch im Internet unter www.ifk.de.



IFK - Die Physiotherapeuten

BUNDESVERBAND SELBSTSTÄNDIGER
PHYSIOTHERAPEUTEN - IFK e.V.