

## Was ist manuelle Therapie?

In den letzten Jahrzehnten sind immer mehr Heilmethoden zur Behandlung verschiedener Gesundheitsprobleme entwickelt worden.

Eine sehr erfolgreiche Methode ist die Manual Therapie, also die Behandlung mit den Händen. Diese Methode wird in einer Zusatzausbildung erlernt und spezialisiert sich auf die Untersuchung und Behandlung von Störungen im Bereich des Bewegungsapparates.

Das Konzept der Manual Therapie besteht darin, durch eine umfassende manuelle Untersuchung Hypothesen über die Ursache der Störung sowie über die Art und Lokalisation der betroffenen Struktur (z.B. Gelenk, Muskel, Nerv) zu erarbeiten. Diese Hypothesen bilden dann die Grundlage für die Behandlung.

Neben den üblichen physiotherapeutischen Massnahmen werden vor allem passive Gelenkmobilisationen und Gelenkmanipulationen an den Extremitäten und der Wirbelsäule eingesetzt.



neue Adresse ab Frühling 2013

### Physiotherapie Smit

Schlossmühlestrasse 9

8500 Frauenfeld

Telefon: 052 720 17 16

Fax: 052 720 12 18

E-Mail: [info@physiotherapie-tg.ch](mailto:info@physiotherapie-tg.ch)

[www.physiotherapie-tg.ch](http://www.physiotherapie-tg.ch)



### Anton Smit

1990 Dipl. Physiotherapeut

1998 Abgeschl. Ausbildung manuelle Therapie (Maitland)

2003 Weiterbildung Viscerale Osteopathie

2003 Eigene Physiotherapie-Praxis in Frauenfeld

2004 Ausbildung manuelle Lymphdrainage (MLD/KPE)

2009 EMR/ASCA anerkannte Ausbildung Craniosacral Therapie

2011 Vertiefung Craniosacral Therapie in der Pädiatrie

2011 Weiterbildung Muscle energy technics (MET)

2012 Das Auge aus osteopatischer Sicht

### Els Smit-Haanstra

1990 Dipl. Physiotherapeutin

1990 Weiterbildung Tapen

1993 Funktionelle Bewegungslehre I-III (FBL)

1997 Ausbildung Triggerpunkt Therapie (IMTT)

2004 Ausbildung manuelle Lymphdrainage (MLD/KPE)

2009 EMR/ASCA anerkannte Ausbildung Craniosacral Therapie

2010 Weiterbildung K-Tape

2012 Vertiefung Craniosacral Therapie in der Pädiatrie

2013 Weiterbildung Spiraldynamik

### und Physio-Team

### Unsere Partner:

**medBASE**  
GESUNDHEIT IM ZENTRUM

**MFIT**  
gesund trainiert



## Patienteninformation

### Was ist Physiotherapie?

Die Wurzeln der Physiotherapie und deren Heilmethoden gehen zurück bis in die Antike. Heute ist die Physiotherapie ein selbständiger Teil der Schulmedizin und der wissenschaftlich anerkannten Komplementärmedizin. Das Kerngebiet ist die **Therapie** und die **Rehabilitation**. Zunehmend bedeutender wird die Arbeit in der **Prävention** und der **Gesundheitsförderung**. Die Grundausbildung zum / zur Physiotherapeuten/in dauert vier Jahre.

Die Physiotherapie ist im Leistungskatalog der gesetzlichen Grundversicherung. Die Physiotherapie erbringt medizinische Leistungen, um eine grösstmögliche Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des Menschen zu entwickeln, zu erhalten und wiederherzustellen. Die Physiotherapie wird auch eingesetzt, um die Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des Menschen zu erhalten, wenn diese durch den Alterungsprozess, Krankheit, Unfall oder Verhaltensfehler bedroht ist.

### Was erwartet den Patienten, wenn er zu uns in die Praxis kommt?

Bei der ersten Konsultation erfolgen ein Befund und eine Anamnese. Der Patient erzählt dem Therapeuten die Krankheitsgeschichte, beschreibt seine Schmerzen, Bewegungseinschränkungen oder sonstigen Beschwerden.

Danach untersucht der Therapeut den Patienten eingehend und informiert sich über vorliegende Röntgenbilderbefunde, Operationsberichte usw.

Anhand der Krankheitsgeschichte, des physiotherapeutischen Untersuchungsbefundes und des ärztlichen Befundes, wird ein Therapieplan erstellt.

Der Physiotherapeut klärt den Patienten genau über sein Krankheitsbild und die damit verbundenen persönlichen und therapeutischen Konsequenzen auf. (Rehabilitationsmassnahmen, Belastbarkeit, ergonomisches Verhalten, Heimübungen etc.). Eine gute Zusammenarbeit zwischen Therapeut, Arzt und Patient ist Voraussetzung, um einen guten Behandlungserfolg zu erzielen. Der Arzt erhält vom Therapeuten regelmässig Berichte über die aktuelle Situation des Patienten.

## Unsere Therapiemethoden

### In der Grundversicherung:

- Manuelle Therapie : Maitland, SAMT, SVOMP
- Aktive Therapie: u.a. individuelles Übungsprogramm
- MTT: Medizinische Trainingstherapie, u.a. Zugapparat, Geräte
- Thermotherapie: Fango, Eis
- Elektrotherapie: Niederfreq., Mittelfreq., TENS, Ultra Schall
- Massage : Klassisch, Bindegewebe und Triggerpunktbeh.
- Taping: K-Tape, klassische Tapes
- MLD: Manuelle Lymphdrainage inkl. Kompressionsbandagen (=Komplexe Physikalische Entstauungstherapie KPE)
- Narbentherapie nach Boeger

### In der Zusatzversicherung:

- EMR und ASCA anerkannte Craniosacral Therapie
- EMR und ASCA anerkannte klassische Massage und MLD

## Was ist Medizinische Trainingstherapie MTT?

Die **Medizinische Trainings-Therapie MTT** ist eine aktive Behandlungsform an Kraftgeräten und Zugapparaten, die Ihre Anwendung unterstützend als Zusatzbehandlung in vielen medizinischen Fachbereichen findet. Je nach Durchführung der Übung, bezogen auf die Anzahl der Wiederholungen und Intensität der Belastung, können Kraft, Beweglichkeit und Koordination trainiert werden. Dabei handelt es sich um alltagsrelevante bzw. sportartspezifische Bewegungen und Anforderungen, nicht um Bodybuilding. Medizinische Trainingstherapie ist unabhängig von Alter und Alltagsanforderungen bei vielen Diagnosen indiziert.



## Was ist Manuelle Lymphdrainage MLD? (Komplexe Physikalische Entstauungstherapie KPE)

Bei der manuellen Lymphdrainage handelt es sich um sanfte, grossflächige Drainagegriffe in Haut- und Unterhautgewebe.

Die manuelle Lymphdrainage / KPE wird hauptsächlich zur Entstauung ödematöser Körperregionen eingesetzt. Ein Ödem ist eine sicht- und tastbare Schwellung durch Flüssigkeitsansammlung im Gewebe. Ursachen können zum Beispiel eine angeborene Fehlbildung des Lymphgefässsystems, Venen-Insuffizienz, Tumor- und evtl. Lymphknotenentfernung, Narben oder andere operative Eingriffe sein.

Die Lymphdrainagebehandlung gliedert sich in **zwei Phasen**:

Die **erste Phase** ist die Phase der Entstauung (manuelle Lymphdrainage, Dauerkompression mit Bandagen, Instruktion/Information).

Die **zweite Phase** dient der Optimierung und Erhaltung der ersten Phase, inkl. evtl. Bestrüpfung.



## Was ist Craniosacral Therapie?

Die craniosacrale Behandlungsform wurde anfangs des 20. Jahrhunderts von Dr. William G. Sutherland auf der Basis der Osteopathie (Knochenheilkunde) zur „Craniosacral Therapie“ weiterentwickelt.

Der Name Craniosacral Therapie setzt sich aus den Begriffen Cranium (Schädel) und Sacrum (Kreuzbein) zusammen. Die beiden Pole Schädel und Kreuzbein bilden mit den Gehirn- und Rückenmarkshäuten eine Einheit, in welcher die Gehirnflüssigkeit (Liquor) rhythmisch pulsiert. Dieser Rhythmus überträgt sich auf den gesamten Körper und beeinflusst die Entwicklung und Funktionsfähigkeit des ganzen Menschen.

Der Craniosacral Therapeut unterstützt den Patienten auf dem Weg zur Selbstheilung mit feinen manuellen Impulsen, welche eine Eigenregulierung des Körpers einleiten.

Eine von der EMR (=Erfahrungs Medizinisches Register) oder ASCA (=schweizerische Stiftung für Komplementärmedizin) anerkannte Craniosakral Therapie ist nicht im Leistungskatalog der gesetzlichen Grundversicherung enthalten aber wird von nahezu allen Krankenkassen über die Zusatzversicherung abgerechnet.

