

Übersicht Behandlungen allgemein

Ziel: Informationsvermittlung

Nutzen: Kurze Erklärung, was die verschiedenen Therapien beinhalten

Atemtherapie. Die Atemtherapie umfasst Übungen und Techniken, die die Atmung erleichtern und die bewusste Körperwahrnehmung fördern sollen.

Ergotherapie zur Verbesserung der Belastbarkeit oder zur Behandlung der kognitiven bzw. neurologischen Beschwerden. Ziel der Ergotherapie ist es, Menschen hinsichtlich der Durchführung von für sie bedeutungsvollen Betätigungen in den Bereichen Selbstversorgung, Produktivität und Freizeit in ihrer persönlichen Umwelt zu stärken.

Bewegungstherapie beinhaltet verordnete Bewegung, die vom Fachtherapeuten geplant und dosiert, gemeinsam mit dem Arzt kontrolliert und vom Patienten alleine oder in der Gruppe durchgeführt wird.

Sporttherapie ist eine bewegungstherapeutische Maßnahme, die mittels Sport gestörte körperliche, psychische und soziale Funktionen kompensiert, regeneriert, Sekundärschäden vorbeugt und gesundheitlich orientiertes Verhalten fördert.

Physikalische Therapien (wie z.B. Elektrotherapie, Massagen, Wärmeanwendungen). Die physikalische Therapie umfasst Behandlungen, die physikalische Einflüsse wie Druck, Zug, Wärme, Kälte oder Elektrizität nutzen, um auf den Körper einzuwirken. Die Therapien sollen Schmerzen lindern, die Durchblutung fördern oder die Beweglichkeit verbessern.

Physiotherapie beinhaltet u.a. Krankengymnastik. Sie kann Erkrankungen durch aktive oder passive Bewegung heilen oder ihnen vorbeugen.

Psychoedukation zum Umgang mit Schmerzen, Problemen und Niedergeschlagenheit. Psychoedukation ist eine systematische und strukturierte Vermittlung von wissenschaftlich fundiertem Wissen und Selbsthilfestrategien zu psychischen Krankheiten.

Mind-Body-Verfahren sind Achtsamkeits- und Entspannungsverfahren. Zu ihnen zählen: Meditation, Yoga, Atemübungen, Achtsamkeitsübungen, Entspannungsverfahren, wie z.B. Progressive Muskelentspannung (PMR) oder Autogenes Training (AT), Tai Chi, Qi Gong sowie Musiktherapie.