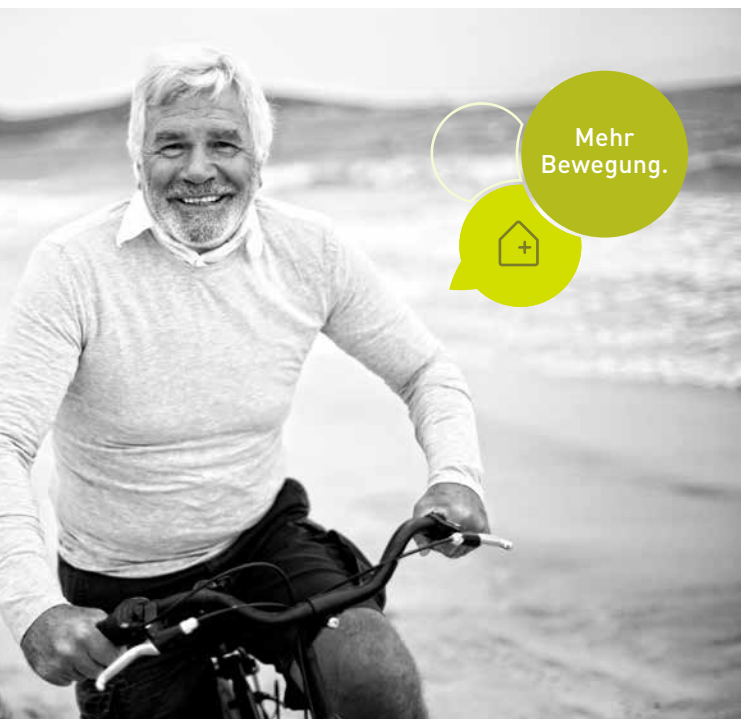




Algesiologikum
Ambulantes
Therapiezentrum

Aktiv leben mit chronischem Schmerz

Ambulante Physio-, Sport- und Ergotherapie



Mehr
Bewegung.





Schritt
für Schritt.



@Algesiologikum, Stand 12/2015; Text: Algesiologikum;
Konzeption & Gestaltung: Planeta Gestaltungsbüro

Fotos: Photocase.de/©David-W, ©suze; Fotolia.de/©Kzenon;
iStock.de/©AleksandarNakic; ©N. Mfaume/©S. Köker

Alle dargestellten Personen (außer „Unser Behandlungsteam“)
sind Models, die Fotos dienen rein illustrativen Zwecken.

Mehr Lebensqualität, mehr Beweglichkeit, weniger Schmerz

Hält ein Schmerz über den normalen Heilungsverlauf an, verändert sich seine körperliche Funktion. Er dient dann nicht mehr als Warnsignal, sondern verändert sich zu einer Sinneswahrnehmung.

Die Ursache kann unbekannt und oft vielschichtig sein oder bekannt und nur schwer therapierbar. Auswirkungen können sein, dass die körperliche Belastungsfähigkeit abnimmt und Arbeiten im Alltag nicht mehr adäquat ausgeführt werden können. Die sich daraus oft ergebenden Ängste und Niedergeschlagenheit haben Auswirkungen auf vielen Ebenen im sozialen Bereich, wie z. B. die Familie, den Freundeskreis und den Beruf. Diese chronischen Schmerzen werden zu einem eigenständigen Krankheitsbild, was den Menschen in seiner Gesamtheit betrifft und auch als solches behandelt werden muss.

Unser Ziel ist es, Menschen mit chronischen Schmerzen zu einem verbesserten Umgang mit der derzeitigen Situation, zu mehr Beweglichkeit und Lebensqualität zu führen.

Unsere Angebote



Physio- und Sporttherapie



Ergotherapie

Wir wollen Sie darin unterstützen, Bedenken oder etwaige Ängste vor Bewegung im allgemeinen zu verringern, ihnen hilfreiche Bewältigungsfertigkeiten im Umgang mit ihren Schmerzen sowie Möglichkeiten zur Gestaltung ihres Alltags trotz ihrer Beschwerden zu vermitteln.



Schmerzlinderung durch eine ganzheitliche Behandlung

- Wissensvermittlung
Schmerzentstehung, Schmerzverarbeitung, anatomische Grundlagen, Umgang mit Schmerz im Alltag
- Wahrnehmungsschulung
- Umgang mit Aktivitäten im Alltag und Kräfteeinteilung
- Verbesserung der allgemeinen körperlichen Fitness

Für die ambulante Bewegungstherapie benötigen Sie eine Heilmittelverordnung, die Ihr überweisender Arzt ausstellt.

Physio- und Sporttherapie



MIT SPAS(S)

Multimodales
Intensives
Therapieprogramm der
Sport- und
Physiotherapie für
Ambulante
Schmerzpatienten

Die krankengymnastische Übungsbehandlung findet in Therapiegruppen statt. Die Gruppeninhalte werden je nach Krankheitsbild ausgewählt.





Unsere Behandlungsschwerpunkte

- Wiederherstellung und Verbesserung der gestörten
 - Muskelfunktion
 - Beweglichkeit
- Regulierung der schmerzhaften Muskelspannung
- Verbesserung der allgemeinen Körperwahrnehmung
- Gezielter Aufbau oder Veränderung eines funktionellen Übungsprogramms für den häuslichen Bereich
- Bewegungsstrukturen neu erlernen oder weiter verbessern
- Verringerung von Bewegungsängsten
- Verbesserung der Bewegungskoordination
- Erkennung und Behebung von Fehlern bei der Umsetzung von Bewegungsübungen

Ergotherapie



Ergotherapeutische Kleingruppen mit den Schwerpunkten:

- Umgang mit Aktivitäten
- Alltagsstrukturierung
- Gymnastik
- Aspekte der Akzeptanz- und Commitment Therapie





Unsere Behandlungsschwerpunkte

- Vermittlung von Informationen über schmerzbedingte Veränderungen in der körperlichen Wahrnehmung und dem alltäglichen Leben
- Durchführung und Erlernen von Bewegungsübungen und Entspannungstechniken
- Hinführung zu mehr Handlungskompetenz, Motivation, Belastbarkeit und Selbständigkeit im Alltag
- Alltagsbegleitung
- Erlernen von Strategien zur positiven Beeinflussung von Schmerzen
- Erlernen der Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst und anderen
- Entwicklung von Perspektiven und langfristigen Zielsetzungen
- Hilfestellung zur Wiedereingliederung in den Arbeitsprozess

Mehr Lebensqualität

Unsere Therapie



Physio- und Sporttherapie

Individuelles
körperliches Training
im Alltag

Mehr Beweglichkeit
und Aktivität



Ergotherapie

Individuelles
Training für
den Alltag

Mehr Selbständigkeit
und Unabhängigkeit
im Alltag

Grundlage unserer Therapieprogramme sind Erkenntnisse aus den Bereichen der Medizin, Psychotherapie, medizinische Trainingstherapie, Physiotherapie und Ergotherapie.

Unser Behandlungsteam

Ambulantes Therapiezentrum

Physio- und Sporttherapie



Christoph Fox
Medizinischer Trainingstherapeut



Kathrin Källner
Physiotherapeutin



Catherine Weindl
Physiotherapeutin





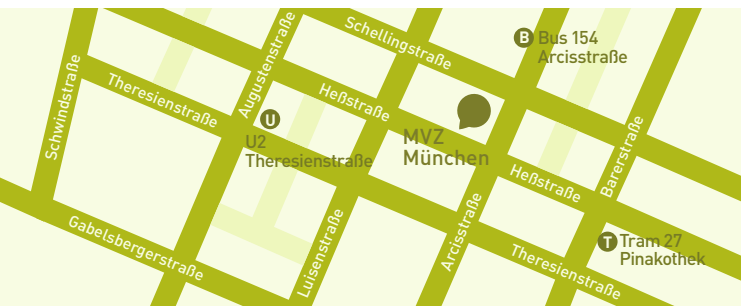
Algesiologikum
Ambulantes
Therapiezentrum

Algesiologikum **Ambulantes Therapiezentrum**

Heßstraße 22
80799 München

Tel. 089.45 2445 20
Fax 089.45 2445 414

therapiezentrum@algesiologikum.de
www.algesiologikum.de



Telefonische Erreichbarkeit
Mo.–Fr. 07.30–13.30 Uhr

Alle Kassen, Berufsgenossenschaften (BG) u. Privat