

## Manuelle Therapie



Die **Manuelle Therapie** befasst sich mit speziellen diagnostischen und therapeutischen Verfahren, die der Auffindung (Erkennung) und Behandlung von reversiblen Funktionsstörungen am Bewegungsapparat dienen. Es handelt sich hierbei um spezielle Handgrifftechniken, die im Rahmen des Befundes dazu dienen, eine Bewegungsstörung im Bereich der Extremitätengelenke oder der

Wirbelsäule zu lokalisieren und zu analysieren. Dieser Befund dient als Grundlage zu den therapeutischen Handgriffen, die vom Physiotherapeuten/ Krankengymnasten als Mobilisation durchgeführt werden. Die Handgriffe werden sowohl zur Schmerzlinderung als auch zur Mobilisation von Bewegungseinschränkungen eingesetzt, wenn diese durch eine reversible Funktionsstörung des Gelenks oder der diesem Gelenk zugehörigen Muskulatur hervorgerufen werden. Die Auswahl der jeweiligen Mobilisations-techniken, die der Physiotherapeut / Krankengymnast einsetzt, wird bestimmt durch den Befund, die eingeschränkte Bewegungs-richtung und die Form des Gelenks. Bei der **Traktion** werden die Gelenkpartner durch manuellen Zug voneinander entfernt, was zu einer Druckminderung, Entlastung und auch zur Schmerzlinderung führt. Eine gleichzeitige Dehnung der Gelenkkapsel und der Bänder verbessert die Beweglichkeit. Beim **translatorischen Gleiten** werden die Gelenkanteile parallel gegeneinander bewegt, um das verloren gegangene Gelenkspiel und damit die Beweglichkeit wieder herzustellen. Daneben dient die **Weichteilbehandlung** mit verschiedenen Entspannungs- und Dehntechniken dazu, die Muskulatur so zu verlängern, dass sie sich dem neugewonnenen Gelenkspiel anpasst. Alle Techniken finden sowohl bei Funktionsstörungen an den Extremitätengelenken (Gliedmaßengelenken), als auch an den Gelenken der Wirbelsäule ihre Anwendung. Mit der Manuellen Therapie steht den Physiotherapeuten/Krankengymnasten eine gezielte, gelenkschonende, und meist schmerzfreie Behandlungstechnik zur Verfügung, die bei Funktionsstörungen der Gelenke neben der krankengymnastischen Behandlung angewendet wird.

## **Der Geheimtipp**