

FASZIENBEHANDLUNG

Faszien sind Teil des menschlichen Bindegewebes. Sie umgeben jeden Muskel, jedes Organ und jede Bandstruktur und stützen somit unseren gesamten Körper. Erst in den letzten Jahren wurde dieser Struktur in Medizin und Therapie mehr Aufmerksamkeit geschenkt. Mittlerweile ist bekannt, dass Unfälle, Verletzungen, Operationen und tägliche Fehl- bzw. Überbelastungen zu massiven Beschwerden in dieser Struktur führen können.

Verletzungen des Bindegewebes gehören mit Abstand zu den häufigsten Verletzungen im Sport. Sowohl Hobby- als auch Amateur- und Profisportler/innen klagen über zahlreiche Beeinträchtigungen der bindegewebigen Strukturen.

Faszien sind für den Zusammenhalt, die Struktur und Kraftübertragung verantwortlich. Beeinträchtigungen der Faszien nach Verletzungen oder Operationen verändern die Motorik, vermindern die Beweglichkeit und verschlechtern die Sensibilität.

Neben der Beseitigung von Schmerzen trägt die Faszienbehandlung ebenso zu einer Leistungssteigerung bei. Durch das Lösen von Spannungen können Bewegungen, die vorher undenkbar waren, plötzlich wieder ausgeführt werden.

Die Haupteinsatzbereiche der Faszientherapie sind:

- Sportverletzungen (z.B. Inversionstrauma, Muskelzerrungen, Muskelfaserrissen, Tennisellbogen, ...)
- Akuten Schmerzen (z.B. "Hexenschuss", Nackenschmerzen, Verstauchungen, ...)
- Chronischen Schmerzen (z.B. Fersensporn, Achillodynie, Rückenschmerzen, ...)
- Anhaltenden Schmerzen nach Unfällen und Operationen
- Instabilitäts-/Steifheitsgefühl in Gelenken und Wirbelsäule
- Postoperative Behandlungen, Narbenpflege
- Maßnahmen zum Erreichen eines geschmeidigen und elastischen Bindegewebes

Wie läuft eine Faszientherapie ab?

Am Beginn jeder Behandlung steht ein ausführliches persönliches Gespräch, in dem Sie mir Ihre Schmerzhistorie darlegen und mir zeigen, welche Bewegungen zu Schmerzen führen. Entscheidend für die Behandlung ist, an welchen Stellen Sie selbst Schmerzen wahrnehmen. Je nach Schmerzen wird auf sogenannte Triggerpunkte mit den Fingern Druck ausgeübt, um das Gewebe zu stimulieren. Dieser Druck kann im ersten Moment unangenehm und sogar schmerzhaft sein, doch meistens wird dadurch bereits nach der ersten Therapiesitzung eine wesentliche Besserung erreicht.

Preis nur in Kombination mit Klassischer Massage Dauer 60 min 85 €