

„Tag des Rückens“ bei Physiotherapie Dondertman

(IZ) Das Physiotherapie- und Trainings-Center Pedro Dondertman präsentierte am Samstag, 28. April, eine neue dauerhafte Lösung zur Behebung von Rückenschmerzen.

Nach herzlichem Empfang an der Othmarsingerstrasse 3 in Dottikon wurden Besucherinnen und Besucher gleich in die hellen Räumlichkeiten begleitet. Ein kurzer Vortrag zum Thema Rückenschmerzen und Therapiemöglichkeiten stand zu Beginn an. Von Rückenschmerzen ist ein Grossteil der erwachsenen Schweizer Bevölkerung betroffen. Häufigste Ursache ist die mangelnde muskuläre Stabilisation der Wirbelsäule. Spontane Bewegungen können daher Schmerzen verursachen.

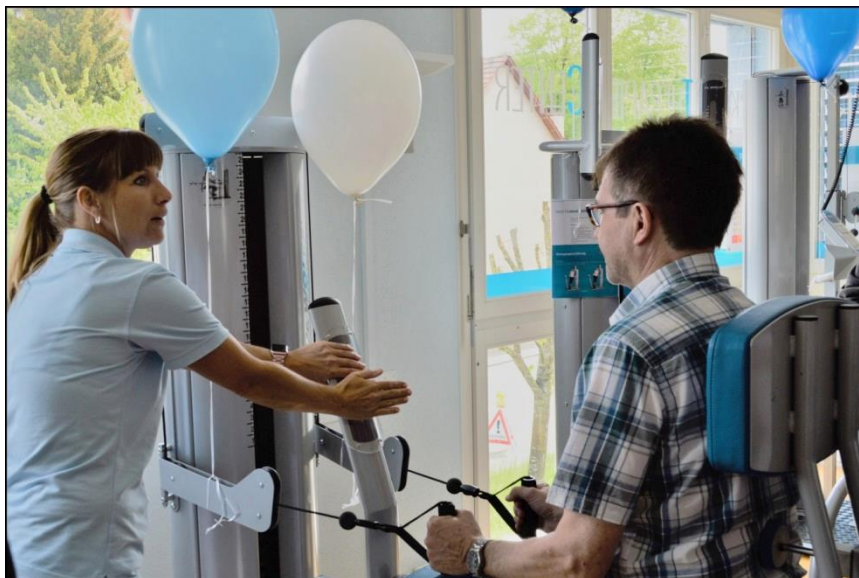
Langfristige Therapie für dauerhaften Erfolg

Die sinnvollste Therapie ist in den meisten Fällen ein gezieltes Muskeltraining. Mit den von Dr. Wolff entwickelten Geräten findet ein effizientes Training im Sitzen, Liegen und Stehen statt. Die Patienten werden ständig von Physiotherapeuten begleitet. Durch eine Anzeige direkt am Gerät kann überwacht werden, ob die Bewegung wie gewünscht in der neutralen Zone abläuft. Ziel des Physiotherapie-Zentrums Dondertman ist, die Patienten vom schmerzgeplagten Zustand hin zu langfristig rückengesunden Menschen zu führen. Selbstverständlich geht dies nicht von heute auf morgen. Ideal ist ein 1-Jahres-Rückenprogramm mit verschiedenen Therapiephasen. Krankenkassen bezahlen in der Regel die ersten 36 Physiotherapie-Sitzungen.

Fachliche Begleitung ist unabdingbar

Nach umfassender theoretischer Einführung konnten die Interessierten im zweiten Stock die fünf neuen Geräte testen. Physiotherapeutin Susanne Lipke stellte die Geräte genau auf den jeweiligen Besucher ein. Nach kurzer Erklärung galt es im Sitzen das Becken gegen den Sensor zu drücken. Es war gar nicht so einfach, gezielt die erforderliche kleine Bewegung/Anspannung durchzuführen. Zudem sollte man im Oberkörper/Bauch vollkommen ruhig bleiben. Wenn dann noch Armbewegungen dazu kommen wird der Patient zusätzlich gefordert. Insofern ist die ständige Begleitung durch einen Physiotherapeuten unabdingbar, ansonsten werden die feinen Bewegungen von Beginn weg falsch gemacht. Zudem können die begleitenden Fachpersonen aktuell auftauchende Fragen sofort beantworten.

Die Besucherinnen und Besucher zeigten grosses Interesse an der neuen Trainingsmethode. Das gezielte Training der tiefliegenden stabilisierenden Rückenmuskeln hat bereits vielen Patientinnen und Patienten zu einem schmerzfreien Leben verholfen.



Physiotherapeutin Susanne Lipke betreut einen Besucher am neuen Multifidus-Trainer. Dort werden gezielt die tiefliegenden Rückenmuskeln aktiviert.
