

## Was wir anbieten

### Rehabilitation nach Sportverletzungen und orthopädischen Eingriffe:



Rehabilitation, Verletzungs-prävention und Leistungssteigerung stehen in unserem Rehasentrum im Vordergrund. Unsere langjährige Erfahrung und Kenntnisse von Anatomie, Physiologie und Biomechanik kommen in unserer Arbeit zur Geltung und Sie, als Kunde, können davon sehr profitieren, indem Sie nach Verletzungen und Operationen so schnell wie möglich wieder das ursprüngliche Leistungsvermögen zurückerlangen.



### Neurorehabilitation



Ob bei Schlaganfall, Multipler Sklerose oder Parkinson, Patienten mit neurologischen Problemen brauchen ein Trainingsprogramm, das auf den individuellen, alltagstypischen Aktivitäten basiert.

Neben einer sofortigen akutmedizinischen Versorgung im Spital ist eine frühe sowohl stationäre als auch wohnortnahe, ambulante Neurorehabilitation für den Krankheitsverlauf



entscheidend.

Das Grundprinzip der Neurowissenschaft; Neuronale Plastizität, stellt die Grundlage unseres neurologischen Rehabilitationsprogrammes dar. Wir bedienen uns dabei unterschiedlicher Ansätze verschiedener Therapiekonzepte; Bobath, PNF... etc.

**Die Plastizität beruht darauf**, dass das Gehirn die Eigenschaft besitzt, durch äussere Faktoren, z.B. ständiges Wiederholen des Trainings oder der Alltagsaktivitäten, veränderbar zu sein. Neuroplastizität ist damit die Grundvoraussetzung für jede Form des Lernens. Durch Training verändern sich die Verbindungen zwischen Nervenzellen im Gehirn, indem sie stärker oder schwächer werden.

## Pulmonale Rehabilitation (Atemtherapie)

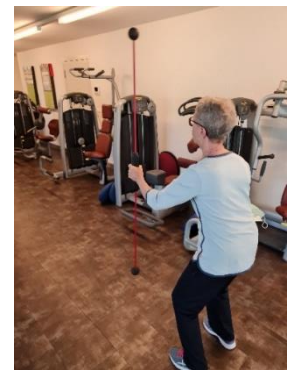


Bei Krankheiten der Atemwege wie COPD, Asthma oder den Langzeitfolgen einer Covid-19-Erkrankung liegt der Fokus der pulmonalen Rehabilitation auf Atemtherapie (Atemtechnik), Kraft- und Ausdauertraining (Konditionsaufbau) sowie Coaching, was zu einer Verbesserung der Lebensqualität führt.

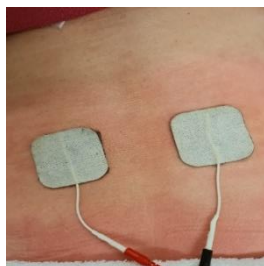
## Medizinische Trainingstherapie (MTT)



Auf die Einzeltherapie mit dem Physiotherapeuten schliesst das selbstständige Training an. Die medizinische Trainingstherapie wird vom Arzt verordnet. Auf ärztliche Verordnung hin wird MTT (bis zu 36x) von der Grundversicherung bezahlt.



## Elektrotherapie

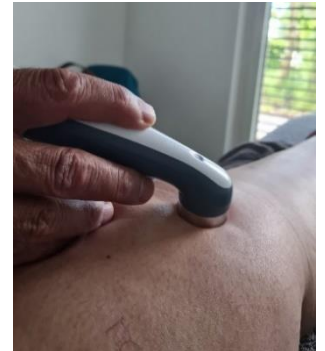


Die Elektrotherapie wird bei Schmerzlinderung angewandt. Sie hilft weiterhin bei der Anregung des Stoffwechsels und somit zur besseren Wundheilung.

## **Ultraschall (US)**



Ultraschall wird vor allem bei Schmerzen oder Verletzungen von Bändern, Sehnen oder Schleimbeuteln, Arthrose, verzögerter Heilung nach Knochenbrüchen, sowie rheumatischen oder chronisch entzündlichen Erkrankungen angewandt.



Beide Therapieformen, Elektrotherapie und Ultraschall, werden meist als ergänzende Massnahme in der Physiotherapie durchgeführt.

## **Taping**



wird angewandt bei:  
verspanntem Rücken und Nacken, Tennis- und Golferarme sowie bei Sehnenscheidenentzündungen und Muskelfaserriss. Bei Sportverletzungen und nach Operationen beschleunigen elastische Kinesio-Tapes die Heilung. Die Idee dahinter: Die Schmerzsensoren befinden sich zwischen Epidermis und Dermis, also den obersten beiden Hautschichten. Wird die erste Hautschicht angehoben, fließt das Blut schneller in die verletzte Region.

Wissenschaftliche Untersuchungen und Belege über die Effekte und Wirkungen der Tapes gibt es allerdings nur wenige.

## **Domizilbehandlung**



Wenn Sie nicht zu uns kommen können, besuchen wir Sie gerne mit dem Auto zuhause.  
Rufen Sie uns an unter 062 794 00 41

Bei der Domizilbehandlung geht es darum, die eingeschränkte Mobilität dadurch zu verbessern, dass Sie alltagsgerechte Übungen in Ihrem Zuhause durchführen.

## **Beckenbodentherapie bei Männern**

Nach:

- Inkontinenz
- Ungewolltem Harnverlust
- Vor und nach Prostataoperation
- Problemen beim Harnlassen
- Erektionsstörungen

Durch gezieltes Training kann dagegengewirkt werden; ein etwaiger Harnverlust unter Kontrolle gebracht werden.

## **Fitnessabo**



Unseren (ehemaligen-) Patienten steht die Möglichkeit zur Verfügung, nach der Therapie ihr eigenes, gesundheitsorientiertes Aufbautraining bei uns weiter zu führen, indem Sie ein Fitness-Abo kaufen; 3-, 6- oder 12 Monate:

<b>Tarife:</b>	<b>Einzel-Abo:</b>	<b>Paar-Abo:</b>
3-Monate	CHF 263.00	CHF 421.00
6-Monate	CHF 430.00	CHF 687.00
12-Monate	CHF 650.00	CHF 1'040.00

## **Klassische Massage / Fango**

Als reine Wohlfühlbehandlung oder zur Lockerung nach einem langen Arbeitstag; erst erhält der Kunde 30 Min. Fangopackung und dann ca. 30 Min. Massage.

Tarife: 10x 60 Minuten (Fango und Massage) CHF 450.00