



# KRANKENGYMNASTIK KATRIN REESE

Ihr Wohlfühl ist unser Ziel.

Junostraße 4

13467 Berlin

Telefon 030 40536088

Telefax 030 40536089

[kontakt@krankengymnastik-reese.de](mailto:kontakt@krankengymnastik-reese.de)

## Therapien und Anwendungen im Überblick

Kurzbeschreibung der Therapien und Anwendungen

### Matrix-Rhythmus-Therapie

Das Therapiegerät erzeugt mechanische Schwingungen analog den körpereigenen Zellen. Vor allem Skelettmuskulatur und das Nervensystem werden harmonisch angeregt.

### Tibetische Massage

Die tibetische Ölmassage ist eine unvergleichlich sanfte Form der Massage. Sie baut Stress ab und hinterlässt ein Gefühl von Gelassenheit, Entspannung und Ruhe.

### Cranio-Sacrale-Therapie

Diese Therapie ist eine sanfte manuelle Technik, mit deren Hilfe Spannungen in den bindegewebigen Anteilen und bestehende Einschränkungen des Systems behutsam gelöst werden.

### Fußreflexzonenmassage (FRZ)

Durch FRZ wird ganzheitlich eine Verbesserung gestörter Organ- und Gewebefunktionen erreicht. Krankheiten und ihre Symptome werden gelindert, die Selbstheilungskräfte des Menschen gefördert.

### Fit & Relax – Unser Wohlfühlkurs

Die vielseitigen physiotherapeutischen Übungsprogramme mit sanften Bewegungsabläufen, sowie ein ganzheitliches Körpertraining (für jede Altersgruppe) erzeugen ein Wohlfühlgefühl und sorgen durch präventives Training für eine bessere Haltung, Stabilisierung, Kräftigung und Entspannung.

Sie haben die Möglichkeit 1x wöchentlich an unserem Rückenschulkurs teilzunehmen – ohne Verpflichtung und unter fachlicher Anleitung.

### Kiefergelenksbehandlung

ist die Behandlung von Kiefergelenksbeschwerden mit Symptomen wie: Kopfschmerz, Gesichtsschmerz, Gelenkgeräusche (Knacken, Reiben, Knirschen), Nackenbeschwerden, etc.

### Krankengymnastik

ist eine aktive Behandlungsform, bei der das Gleichgewicht des Stütz- und Bewegungsapparates wieder hergestellt werden soll. Durch gezielte Kräftigung, Dehnung, und Entspannung der Muskulatur sollen körperliche Beschwerden gelindert oder gelöst werden.

Wir bitten um persönliche / telefonische Terminabsprache.



# KRANKENGYMNASTIK KATRIN REESE

Ihr Wohlfühl ist unser Ziel.

Junostraße 4

13467 Berlin

Telefon 030 40536088

Telefax 030 40536089

[kontakt@krankengymnastik-reese.de](mailto:kontakt@krankengymnastik-reese.de)

## **Manuelle Lymphdrainage**

ist eine spezielle Massagetechnik, bei der mit langsamen Handbewegungen des Therapeuten der gestörte Lymphabfluss wieder gefördert wird. Durch geringen Druck auf Haut- und Unterhautgewebe werden Flüssigkeitsansammlungen im Zwischenzellenraum zum Abtransport angeregt.

## **Klassische Massage**

ist eine der bekanntesten Massageformen. Die Wirkung erstreckt sich von der behandelten Körperregion über den gesamten Organismus und schließt auch die Psyche mit ein.

## **Bobath-Therapie**

beinhaltet krankengymnastische Übungen bei neurologischen Erkrankungen. Verlorene Bewegungskompetenzen sollen wiedererlernt, Schmerzen durch Gelenkversteifungen verhindert werden. Besonders gefördert werden Selbstständigkeit und Sicherheit in alltäglichen Situationen.

## **Beckenbodengymnastik**

dient der Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur. Patienten, die unter folgenden Symptomen leiden, sollten uns ansprechen:

Urinverlust beim Husten, Niesen, Lachen o.ä.; Schweregefühl im Bauch; „Zug nach unten“, Blase und Darm können nicht vollständig entleert werden; häufige Blasenentzündung.

## **Schlingentischtherapie**

Hierbei werden Teile des Körpers in Schlingen gehängt, die Schwerkraft wird aufgehoben. Unter Entlastung von Wirbelsäule und Gelenken können Übungsanleitungen gegeben werden.

## **Elektrotherapie**

Das Wirkungsprinzip der Elektrotherapie beruht auf der stimulierenden Wirkung spezieller Stromformen, die die Muskulatur lockert, die Durchblutung anregt und Schmerzen lindert.

## **Fangopackung**

Unsere Fangopackungen sind nur einmalig verwendbar und werden auf ca. 60° C aufgeheizt. Durch die intensive Wärmeentwicklung ist dies eine gute Vorbereitung, sowohl zur anschließenden Massage, als auch zur Krankengymnastik.

## **Heißluft**

ist die leichte Erwärmung von Haut und Muskulatur, die gesteigerte Durchblutung sorgt für den Abtransport von Stoffwechselschlacken aus dem Gewebe.

Wir bitten um persönliche / telefonische Terminabsprache.