

Behandlungen bei Beschwerden am Bewegungsapparat

Wie unterscheiden sich Physio- und Ergotherapie, und was erreicht die Chiropraktik? Fachleute beschreiben ihre Methoden und Fachgebiete.

Erna Blättler-Galliker

Wer Schmerzen hat, erhält als Erstes eine Grunddiagnose, sei es seitens des Spitals, des Hausarztes beziehungsweise der Hausärztin oder der Rehaklinik. Je nach Beschwerden stehen anschliessend völlig unterschiedliche Behandlungen an.

Unterschied Ergo- und Physiotherapie

Maria Steier ist seit 2018 Ergotherapeutin. Anfang 2022 hat sie mit ihrer Kollegin Sarah Borner das Ergotherapiezentrum des SRK in Schwyz übernommen und fokussiert sich seitdem auf die Neurorehabilitation. Sie erklärt uns den Unterschied zwischen Ergo- und Physiotherapie: «Beide Wörter stammen aus dem Griechischen. «Physio» bedeutet «natürlich», «Ergo» bedeutet «Arbeit oder Handlung.» Die Physiotherapie ist also

funktionsorientiert. Durch Übungen und andere Behandlungen soll die natürliche Funktionsfähigkeit des Körpers wiederhergestellt respektive erhalten werden. Die Ergotherapie ist handlungsorientiert, sie soll die Selbstständigkeit der Patientinnen und Patienten nach einem Unfall oder einer Krankheit wiederherstellen.

Wann eignet sich die Ergotherapie?

Die Ergotherapie ist ein von gesetzlichen und privaten Krankenkassen anerkanntes Heilmittel und wird von Ärzten verordnet. Die Ergotherapie unterstützt Menschen aller Altersgruppen, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt sind. Behandelt werden Beeinträchtigungen, die aufgrund von Entwicklungsstörungen, Krankheiten oder Unfällen auftreten. Es werden Kinder mit Hyperaktivität oder mit Schwierigkeiten beim

Schreiben behandelt und solche, welche in der motorischen Entwicklung Unterstützung brauchen. Des Weiteren behandeln Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten Menschen mit Handverletzungen oder bei Rheuma.

Arbeit an Knochen, Gelenken und Muskeln

Chiropraktik kann seit 2008 an der Universität Zürich studiert werden. Das Studium und die anschliessende Assistenzzeit bis zur Selbstständigkeit dauern neun Jahre. Dr. Daniel Zeller schloss 1996 in den USA mit dem Titel Doktor der Chiropraktik ab und absolvierte seine Assistenzzeit in Zürich. 1999 eröffnete er seine Praxis in Cham, 2012 kam eine zusätzliche Praxis in Einsiedeln dazu. «Die Chiropraktik ist die erste Anlaufstelle bei Beschwerden am Bewegungsapparat», erklärt der Facharzt. «Bei den meisten Krankenversicherungen ist ein direkter Zugang zur Chiroprakto-

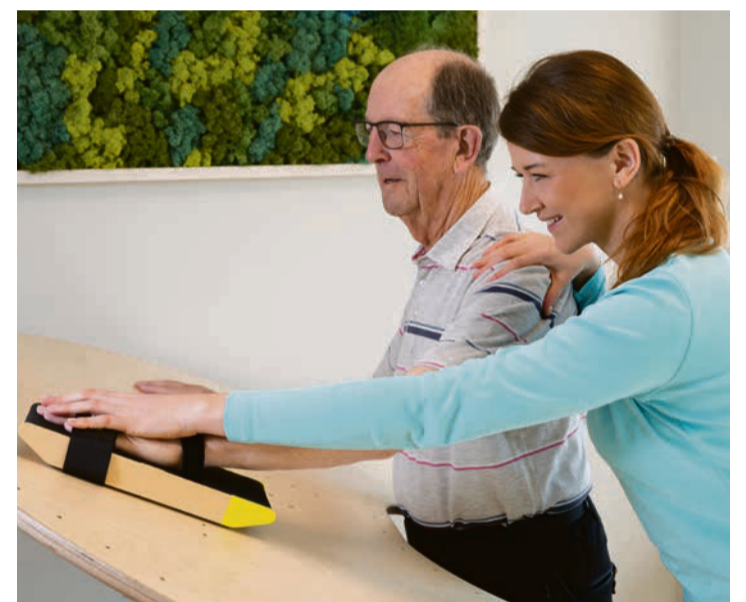


Mit dem Gerät «Idiag P100» kann die Atemmuskulatur verbessert werden.



Das Laufband «Walker View 3.0 SCX» ermöglicht ein feedbackgestütztes Gang- und Lauftraining. Bilder: PD

rin beziehungsweise zum Chiropraktor möglich», weiss Dr. Zeller. Das Spektrum der chiropraktischen Behandlung ist sehr vielseitig, und zwar von Babys bis zu hochbetagten Menschen. «Die meisten Patientinnen und Patienten klagen über Rückenschmerzen, Hexenschuss, Tech-Neck, Kopfschmerzen, Halsstarre, Migräne, Bandscheibenprobleme, Sportverletzungen, Schulterbeschwerden, Tennis- oder Golferarme oder Kniebeschwerden», so der Fachmann. Das Grundprinzip der Chiropraktik ist die Arbeit an Knochen, Gelenken, Bändern und Muskeln. Oft kann durch eine chiropraktische Behandlung auch auf die Einnahme von Medikamenten oder auf eine Operation am Rücken verzichtet werden.



Ergotherapeutin Maria Steier weiss, für welchen Patienten sich welche Therapie eignet.

Training mit modernster Technologie

Die Physiotherapie Rigi in Arth bietet physiotherapeutische Behandlungen und modernste Trainingsmethoden für den ganzen Körper an. «Wir legen grossen Wert auf unsere kompetente, individuelle Beratung und Betreuung», erklärt Geschäftsinhaber Urs Küng, der gemeinsam mit seinem Sohn Tobias Küng und Physiotherapeut Zois Liolios das Trainingscenter betreibt. «Auch Prävention hat bei uns einen hohen Stellenwert», so Urs Küng. Seit Kurzem bieten sie die Weltneuheit «Idiag P100» an. «Mit diesem Gerät kann die Funktion der Atemmuskulatur verbessert werden.» Nebst Ausdauer- und Kraftübungen ist auch ein Intervalltraining möglich, sodass das gesamte Atemsystem trainiert wird. Einzigartig ist auch das spezielle Laufband «Walker View 3.0 SCX». Dank einer 3D-Kamera und Sensoren im Laufband ermöglicht das Gerät ein feedbackgestütztes Gang- und Lauftraining. Schrittlänge, Gewichtsverteilung, Rumpfaufrichtung und Gelenkwinkel werden erfasst und tragen bei regelmässigem Training zur Verbesserung des Gangbildes bei.

Mental Training | Ernährungscoaching | Personal Training

REGULA

Mental - Ernährung - Training

- Spezialistin Bewegungs- & Gesundheitsförderung EFZ
- Dipl. Personal Trainerin
- Dipl. Mental Coach
- Expertin Präventiv- und Sporternährung

www.regulacoaching.ch 079 468 76 92 kostenloses Beratungsgespräch!

Zeit für eine Zusatzversicherung?

www.kkeinsiedeln.ch

Jetzt profitieren: Attraktive Prämien

EINSIEDLER KRANKENKASSE SEIT 1871

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Schwyz



Einsteiger-Kochkurs für Männer ab 60!

Neuer Grundlagenkurs mit Kocherlebnis in der Küche des Wyssen Rössli in Schwyz!

Vom Einkauf der richtigen Produkte bis hin zur Zubereitung: Lernen Sie vom erfahrenen Küchenchef persönlich ein paar einfache Kochgrundlagen kennen und machen Sie den ersten Schritt am Herd!

Es ist viel einfacher als Mann meint! In ungezwungener Atmosphäre tauschen wir uns aus und lernen gemeinsam, wie eine einfache und gesunde Küche heutzutage «machbar» wird und schmeckt!

Daten: 18. Mai 2022, 13.00–18.00 Uhr, Einsteigerkurs | 8. Juni 2022, 13.00–18.00 Uhr, Einsteigerkurs
15. Juni 2022, 13.00–18.00 Uhr, Fortgeschrittene

Anmeldungen sind bis am 13. Mai 2022 (Einsteigerkurse) oder bis Ende Mai 2022 (Fortgeschrittenenkurs) möglich an Rotes Kreuz Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz; info@srk-schwyz.ch oder Telefon 041 811 75 74.

Diese Kurse sind kostenlos und werden vom Kanton Schwyz, dem Schweizerischen Roten Kreuz Schwyz sowie von Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt. Küchen-Chef Christoph Frömcke vom Restaurant Wyssen Rössli und das SRK Schwyz freuen sich auf Sie!

