

GESUNDHEIT & WOHLBEFINDEN



WAS KANN ICH SELBST TUN, UM DIE BEHANDLUNG ZU UNTERSTÜTZEN?

- Sie sollten nach jeder Behandlung 15 Minuten spazieren gehen.
- Belastende Sportarten wie Tennis, Joggen oder Golf sollten die ersten 2 Tage nicht ausgeübt werden.
- Auch belastende Tätigkeiten wie schweres Heben, Staubsaugen, etc., sollte die ersten 2 Tage vermieden werden.
- Walking oder Nordic Walking sind dagegen sehr zu empfehlen.
- Eine gezielte Trainingstherapie kann sehr unterstützend wirken.



ARHEILGERPHYSIO
WIRBELSÄULEN- & GELENKZENTRUM

**FUNKTIONELLE
OSTEOPATHIE
UND
INTEGRATION®**

FOI®

**GANZHEITLICHE
BEHANDLUNGSMETHODE**

Frankfurter Landstraße 152 · 64291 Darmstadt
Telefon 0 61 51/60 80 18 - 5 · Telefax 0 61 51/60 80 18 - 6
mail@physio-aljasem.de

www.physio-aljasem.de

Sehr geehrte Patienten,

mit diesem Flyer möchten wir Sie über die Behandlungsmethode der „Funktionellen Osteopathie und Integration® (FOI®)“ informieren, mit der Sie in unserer Praxis behandelt werden.

WEITERE INFORMATIONEN:
www.funktionelle-integration.de

WAS IST FOI®?

Die FOI® geht davon aus, dass alle Gelenke im Körper miteinander in Verbindung stehen. Wenn ein Gelenk nicht optimal funktioniert, hat das auch einen Einfluss auf alle anderen Gelenke. Irgendwo wird sich dann ein Schmerz entwickeln. Die Ursache des Schmerzes ist immer in einer anderen Körperregion zu suchen. Sie schalten das Licht ja auch nicht an der Lampe, sondern am Schalter an. Ihr Therapeut sucht bei Ihnen nach dem Schalter, um den Schmerz auszuschalten.

WO SITZT DER SCHALTER?

Der Schalter, um den Schmerz auszuschalten, ist niemals in der Region, wo sich der Schmerz befindet. Manchmal ist er sogar sehr weit weg:

- Ein Tennisarm kann entstehen, wenn ein Knie nicht richtig funktioniert.
- Kopfschmerzen entstehen sehr häufig durch eine Statikveränderung des Beckens.

In vielen Fällen hat man es mit mehreren Schaltern zu tun. Diese stehen aber auch wieder miteinander in Verbindung, und zwar immer in einem gewissen System. Dieses System ist das, was zu untersuchen und zu behandeln ist.



DER BEFUND

Der Therapeut stellt Ihnen zuerst einige Fragen. Hiermit bekommt er schon viele Anhaltspunkte dafür, welches System bei Ihnen nicht richtig funktioniert. Mit der anschließenden Untersuchung findet er bei Ihnen die Stellen, welche miteinander in Verbindung stehen.

DIE BEHANDLUNG

Da die Wirbelsäule die Achse ist, um die sich alles dreht, wird die Behandlung immer an der Wirbelsäule und am Becken beginnen. Sie sollten sich nicht wundern, dass die schmerzhafte Region nicht als Erstes behandelt wird. Deshalb werden Sie eventuell nach der ersten Behandlung noch keine Verbesserung spüren.

Wenn die Wirbelsäule wieder gut funktioniert, wird sich der Therapeut in der Behandlung ihrer schmerzhaften Region nähern. Das schmerzhafte Gelenk ist im Prinzip das letzte Glied in der Kette. Im Vergleich mit anderen Vorgehensweisen gewährleistet Ihr Therapeut mit dem systematischen Aufbau der Behandlung ein schnelles und effektives Resultat.



WAS MACHT DER THERAPEUT?

Der Therapeut macht mit der Behandlung 3 Dinge:

- Er korrigiert die Stellung der einzelnen Knochen zueinander.
- Er korrigiert die dreidimensionale Beweglichkeit der Gelenke.
- Er korrigiert die Muskelspannung.

GIBT ES GEGENANZEIGEN?

Die Antwort ist definitiv „NEIN“.

Die Behandlungstechniken sind so sanft und weich, dass kein Schaden am Körper entstehen kann. Krankheiten wie Arthrose und Bandscheibenvorfall sind sogar positiv zu beeinflussen. Alle Beschwerden auf Grund funktioneller Probleme sind mit dieser Therapie zu beseitigen.

WAS GIBT ES FÜR REAKTIONEN?

- In manchen Fällen treten für 1-2 Tage Muskelkatergefühle auf.
- Meistens fühlt man sich „lockerer“. Der Schmerz ist nicht immer sofort verbessert.
- Wenn der Schmerz besser ist, kann er nach 2-3 Tagen wieder auftreten. Dies heißt aber nicht, dass die Behandlung nicht geholfen hat.
- Gleichzeitig können sich andere Beschwerden verbessern (Schlafstörungen, Schwindel, Magenbeschwerden, Verdauungsprobleme, etc.).