

## Inhaltskurzübersicht Software: Physiotherapie im Bild

### Grundlagen

- Funktionssysteme des Körpers (Reiz und Reaktion durch Therapie)
- Koordination / Gleichgewicht
- Schmerztherapiegrundlagen
- Patientenkommunikation / Patientenmotivation

### Anatomie

- Oberer Quadrant / Obere Extremität
- Unterer Quadrant / Untere Extremität
- Nervensystem (Neuroanatomie)
- Kopf und obere Extremität
- Der sympathische Grenzstrang

**Beckenboden:** äußerste, mittlere und innerste Beckenbodenschicht

**Bindegewebsmassage:** Einführung und Behandlungsaufbau

**Cross-Methode:** Einführung, Praktischer Einsatz und Übungsanleitungen

**Dorn-Therapie:** Behandlungsaufbau und Einführung in die Breuß-Massage

**Fußreflexzonenmassage:** Ausführliche Anleitung und zahlreiche farbige Reflexzonenkarten

**Gruppenübungsprogramme:** z. B. mit dem Theraband in der Vortragsversion

**Koordination / Gleichgewicht:** z. B. Sensomotorisches / Koordinatives Training, Belastungsdosierung

**Klinische Muster:** z. B. akutes lumbales Bandscheibenproblem, Halswirbelsäule, Kopf-/ Gesichtsschmerz, Schwindel, Knie- und Sprunggelenk)

**Lymphologie:** Lymphgefäßsystem, Lymphödem, Lipödem, Verhaltensweisen für Ödempatienten

**Neurologie:** Beschreibung, Lagerungen, Transfer

**Rückenschulung:** Rückenfibel, Verhalten am Arbeitsplatz

**Totalendoprothetik:** z. B. Hüftendoprothese

**Tapen:** z. B. Daumentape, Sprunggelenktape, Knietape Adduktoren-Entlastungs-Tape

**Triggerpunkt-Therapie:** Z. B. Definition, Therapie

**Osteoporose:** Gesamtüberblick, Leitlinien

**Verkauf und Kommunikation:** Der Patient und sein Therapeut

**Übungsanleitungen** (mit und ohne Hilfsmittel, z. B. Theraband, Pezziball, Gewichte, Stuhl, etc.):

- **Oberer Quadrant:** Dehnung, Gelenktechniken, Neuromobilisation, Autostabilisation
- **Obere Extremität:** Dehnung, Gelenktechniken, Neuromobilisation, Autostabilisation
- **Unterer Quadrant:** Dehnung, Gelenktechniken, Neuromobilisation, Autostabilisation
- **Untere Extremität:** Dehnung, Gelenktechniken, Neuromobilisation, Autostabilisation
- **Beckenboden:** Wahrnehmung / Kräftigung / Atmung, Mobilisierung; Alltagstipps, Miktionsprotokoll
- **Kiefergelenkmobilisation / CMD:** Kaumuskulatur, Mobilisation Unterkiefer, Kiefergelenk bei Kiefersperre
- **Sensorisches / koordinatives Training:** Untere/obere Extremität/Wirbelsäule (mit und ohne Hilfsmittel); Gleichgewichtsschulung
- **Neurologie:** Übungen zum Thema Lagerungen
- **Übungsprogramme Osteoporose**
- **Hebeschulung:** Erarbeitung des Drehpunktes Hüftgelenk (Vor- und Rückneigen, Aufstehen und Hinsetzen); Einübung der Schwerpunktverlagerung beim Bücken; Hebetechiken (eindimensional, rotationsbedingt dreidimensional)
- **Lymphologie:** Entstauungsübungen der Finger und Handgelenke, Unterarme, Schulter, Beine und Füße
- **Totalendoprothetik:**
- Dehnungs- und Kräftigungsübungen für Hüft- und Knieendoprothesenträger
- **Rücken- Wirbelsäulenprogramme**
- **ADL / Übungen für den Büroalltag:** Oberer / Unterer Quadrant
- **Der Patient 60+**
- **Visuelle Gedächtnisstützen für Gruppen- und Kursleiter:** Rumpf-Becken-Bein; Theraband; Starker Rücken
- ...