

Vorteile der FOI®:

- schneller und effektiver Befund
- sanfte Behandlungstechniken
- gezielte Behandlungsstrategie
- keine Kontraindikationen
- schmerzfreie Behandlung
- eine gute Behandlungsprognose lässt sich oft einfach erstellen
- Schmerzlinderung in kurzer Zeit

Die Behandlung umfasst 3 Elemente:

- Die Korrektur der Stellung der einzelnen Knochen zueinander.
- Die Korrektur der dreidimensionalen Bewegungsphysiologie der Gelenke.
- Die Korrektur des Muskeltonus.

Ihre Mitarbeit ist aber gefragt:

Wichtig ist, dass auch Sie sich für Ihre Heilung einsetzen!!

- Ein Spaziergang von etwa 15 Minuten nach der Therapie ist äußerst wichtig.
- Belastende Sportarten, Übungen oder Gymnastik sind in der Korrekturphase zu unterlassen.
- Spazierengehen oder Nordic Walking sind dagegen sehr hilfreich.
- Belastende Tätigkeiten wie schweres Heben oder Staubsaugen sollten für 2 bis 3 Tage nach der Behandlung nicht ausgeübt werden.
- **Nach der Korrekturphase** ist ein gezieltes Training oft notwendig. Wir zeigen Ihnen dann die für Sie wichtigen Übungen.

Zögern Sie nicht, uns anzusprechen!

Fachpraxis für Wirbelsäulentherapie
Kompetenzzentrum für Funktionelle Orthonomie (FOI®)



JBAND

Praxis **Physiotherapie** **Akupunktur**

Jaap Band Physiotherapeut BSc
Kapfweg 6, 8608 Bubikon
055 243 19 29, physio@jband.ch
www.jband.ch
www.kompetenzzentrum-foi.de

Die schmerzhafte Hüfte

Infolyer für Patienten/-innen



Kompetenzzentrum

**Funktionelle Orthonomie
und Integration FOI®**

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient!

Hüftbeschwerden und –schmerzen sind heutzutage keine Seltenheit. Oft bestehen sie seit längerer Zeit und äußern sich beim Gehen, Stehen, Aufstehen aus einem Stuhl oder sogar beim Liegen auf der Seite.

Ihr/e Ärztin/ Arzt hat Ihnen ggf. eine der folgenden Diagnosen, auch mit Hilfe eines Röntgenbildes, gestellt:

- Hüftgelenk-Arthrose
- Arthritis (Gelenk-Entzündung)
- Schleimbeutelentzündung

Vielleicht wurde Ihnen zu einer Operation geraten.

In vielen Fällen ist das (noch) nicht notwendig, auch wenn ein deutlicher Gelenkverschleiß festgestellt wurde.

Die Ursache für viele Hüftbeschwerden liegt in einer Statikveränderung des Beckens. Diese wiederum kann die Folge von Stürzen oder anderen Verletzungen sein, die oft jahrelang zurückliegen und meist in Vergessenheit geraten.

Durch die veränderte Statik ist dann die Beweglichkeit des Beckens eingeschränkt, die Hüftmuskulatur verspannt sich. Daraus resultiert ein unphysiologisches Bewegungsverhalten. Unsere Erfahrung zeigt, dass genau HIER die Schmerzursache liegen kann.

Es kommt häufiger vor, dass die Schmerzursache nicht auf einen Gelenkverschleiß zurückzuführen ist.

Eine Fehlstatik des Beckens kann zudem Veränderungen an der Wirbelsäule, Knie oder Fuß bewirken. Diese sogenannten **Kompensationsbereiche** können dann ebenfalls Schmerzen verursachen.

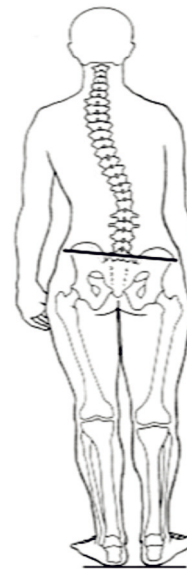
Die Fehlfunktionen der Gelenke und der Wirbelsäule stehen in einem engen Zusammenhang und werden als **Ursache – Folge – Kette** bezeichnet.

Ihr/e Therapeut/-in untersucht und behandelt diese funktionellen Zusammenhänge im Rahmen der FOI®.

Dadurch wird nicht nur die Folge (der Schmerz in der Hüfte), sondern auch die Ursache behandelt.

So sind positive Behandlungsergebnisse oft schneller als mit herkömmlichen Therapiekonzepten zu erreichen.

*Ansatz der FOI®:
Fehlstatik des Beckens
als häufige Ursache für
Hüftschmerzen.*



Wie gehen wir vor:

Zu Beginn wird das Becken und die Wirbelsäule untersucht, ob und welche Blockierungsketten vorhanden sind. Dieser **Statikbefund** gibt wichtige Hinweise, welche Störungen für Ihre Hüftschmerzen verantwortlich sind.

Wir erläutern Ihnen direkt Ihre gesundheitliche Situation und beantworten gerne Ihre Fragen.

Der Befund dient als Grundlage für die Behandlungsstrategie. Schritt für Schritt wird Ihre Körperstatik korrigiert.

Mit dieser **Statikkorrektur** lässt sich nach den ersten 2 bis 3 Behandlungen die Anzahl der Behandlungen als Richtwert bestimmen. In vielen Fällen reichen 6 Termine.

Auch die angrenzenden Gelenke der Hüfte werden behandelt. Eine deutliche Verbesserung tritt in vielen Fällen ein. Die Hüfte selbst ist dann das letzte Glied in der Ursache-Folge-Kette, um die Hüftschmerzen effektiv zu lindern bzw. zu beseitigen.

Zögern Sie nicht und vereinbaren Sie gleich einen Termin.

