

## Reaktionen des Körpers

In manchen Fällen tritt für 1-2 Tage ein „Muskelkatergefühl“ auf.

Viele fühlen sich „lockerer“, wobei der Schmerz nicht immer sofort vermindert ist bzw. wieder auftreten kann. Beschwerden wie Schlafstörungen, Schwindel oder Verdauungsprobleme können sich regulieren.

## Wie Sie mitwirken können

Nach jeder Behandlung 10-15 Minuten spazieren gehen.

Belastende Sportarten, wie Tennis, Joggen oder Golf sowie belastende Tätigkeiten, wie schweres Heben oder Staubsaugen für die ersten 2 Tage nach der Therapie vermeiden.

Nordic Walking sowie eine gezielte Trainingstherapie kann sehr unterstützend wirken.

## Mehr Informationen?

[www.funktionelle-integration.de](http://www.funktionelle-integration.de)

## 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](mailto:physio@jband.ch)  
[www.jband.ch](http://www.jband.ch)  
[www.kompetenzzentrum-foi.de](http://www.kompetenzzentrum-foi.de)



Kompetenzzentrum

**Funktionelle Orthonomie  
und Integration FOI®**

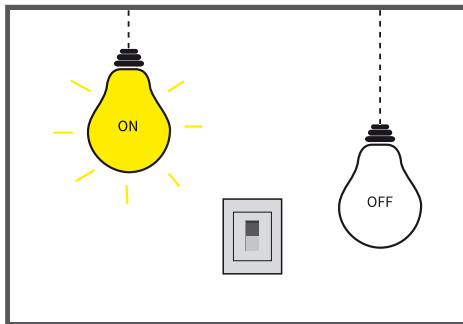
**Informationsflyer  
für Patienten/-innen**

## Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient!

Mit diesem Flyer informieren wir Sie über die Behandlungsmethode der Funktionellen Orthonomie und Integration, kurz FOI®.

Die FOI® geht davon aus, dass alle Gelenke im Körper miteinander in Verbindung stehen. Funktioniert ein Gelenk nicht optimal, hat das automatisch einen Einfluss auf alle weiteren Gelenke. Irgendwo entsteht ein Schmerz. Die Ursache des Schmerzes ist vorwiegend in einer anderen Körperregion zu suchen.

Sie schalten das Licht ja nicht an der Lampe, sondern am Schalter an.



**Ihr/e Therapeut/-in  
sucht bei Ihnen nach dem „Schalter“,  
um den Schmerz auszuschalten.**

## Wo finde ich den richtigen „Schalter“?

Ein Tennisarm kann entstehen, wenn ein Kniegelenk eingeschränkt ist, Kopfschmerzen entstehen sehr häufig durch eine Statikveränderung des Beckens.

In vielen Fällen hat man es mit mehreren „Schaltern“ zu tun, die miteinander systemisch, d.h. den ganzen Organismus betreffend, in Verbindung stehen.

## Der Befund

Ein ausführliches Anamnesegespräch gibt erste Anhaltspunkte über die Funktionsstörungen. In der nachfolgenden Untersuchung werden die Ursachen wie Gelenkfehlstellungen oder erhöhte bzw. verminderte Muskelspannungen ermittelt und ein individueller Behandlungsplan mit Ihnen entwickelt.



## Die Behandlung

Da die Wirbelsäule die Achse ist, um die sich alles dreht, wird die sanfte und weiche Behandlung immer an der Wirbelsäule und am Becken beginnen.

**Wundern Sie sich nicht, dass die schmerz-  
hafte Region nicht als Erstes behandelt  
wird.**

Das schmerzhafteste Gelenk ist im Prinzip das letzte Glied in der Kette.

Im Vergleich mit anderen Therapieansätzen gewährleistet die FOI® mit dem systematischen Aufbau der Behandlung ein schnelles und effektives Therapie-Resultat.

