

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 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

Der schmerzhafte Rücken

Infolyer für Patienten/-innen



Kompetenzzentrum

**Funktionelle Orthonomie
und Integration FOI®**

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient!

„Es ist schon ein Kreuz mit dem Kreuz“.

Der Rückenschmerz ist eine Volkskrankheit. Ungefähr 40% der Bevölkerung sind betroffen.

Stellen Sie sich auch folgende Fragen?

1. Ihr Rücken macht Ihnen akute oder vielleicht auch schon chronische Probleme?
2. Die Schmerzen schränken Ihren beruflichen und privaten Alltag mehr und mehr ein?
3. Eine deutliche Besserung ist bis jetzt noch nicht eingetreten oder Ihre Schmerzen nehmen sogar noch zu?

Das muss in sehr vielen Fällen nicht sein!!

In etwa 90% der Fälle liegen die Ursachen für das Entstehen von Rückenschmerzen, mit oder ohne Ausstrahlung in das Bein, in einer Fehlstatik des Beckens und der Wirbelsäule.

Diese Ursachen können wir mit der Funktionellen Orthonomie und Integration FOI® effektiv behandeln.



Die Fehlstatik und die daraus entstandenen Bewegungsstörungen des Beckens und der Wirbelsäule sind die **funktionellen Ursachen** Ihrer Schmerzen.

Langanhaltende funktionelle Störungen können auf Dauer **strukturelle Schäden** wie Bandscheibenschäden oder Gelenkarthrosen im Rücken verursachen. Da Ihr Rücken wahrscheinlich schon geröntgt oder ein MRT angefertigt wurde, hat Ihr Arzt eventuell schon Schäden festgestellt, wie zum Beispiel:

- Bandscheibenvorwölbung
- Bandscheibenvorfall
- Chronische Lumbago
- Lumboischialgie
- Facettensyndrom
- Spinalkanalverengung

In den allermeisten Fällen ist aber eine Operation überhaupt nicht notwendig.

Die konservative Therapie bietet sehr oft eine gute Hilfe.

*Ansatz der FOI®:
Fehlstatik des Beckens
und Dysfunktionen an
Hüfte und Fuß als
Ursache für
Rückenschmerzen.*



Wie gehen wir vor:

Zuerst werden wir Ihre Statik genau untersuchen, indem wir die Stellung der Knochen zueinander exakt überprüfen.

Anhand dieses Statikbefundes können wir oft schon die Ursachen Ihrer Rückenbeschwerden erkennen.

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

Aus dem Befund ergibt sich eine **Behandlungsstrategie**, mit der wir Ihre Statik Schritt für Schritt korrigieren. Mit dieser **Statikkorrektur** lässt sich nach den ersten 2 bis 3 Behandlungen schon sagen, wieviele Therapieeinheiten erforderlich sind. In vielen Fällen erreichen wir eine deutliche Schmerzreduktion oder Schmerzfreiheit schon in 6 Behandlungen.

Je nach Ausprägung der Strukturschäden benötigen Sie eventuell noch ein **gezieltes Funktionstraining**. Auch darin sind wir Ihre **Rückenexperten/-innen!**

Zögern Sie nicht und vereinbaren Sie gleich einen Termin.

