



„Ich habe schon lange gemerkt, dass meine Bewegungsfähigkeit und dadurch meine Lebensqualität stark eingeschränkt sind. Durch die Einheiten im Rückentherapie-Center sind meine Frau und ich wieder schmerzfrei und unsere Lebensfreude hat dadurch enorm zugenommen. Nun können wir wieder reisen, im Garten arbeiten und Sport betreiben.“

F. & W. Reich – Rentner



„Ich hatte nach einem Sportunfall grosse Probleme mit meinem Rücken. Zum Glück habe ich das Rückentherapie-Center entdeckt. Hier hatte ich während der intensiven Therapieeinheiten genügend Zeit jene Muskulatur wieder ansteuern zu lernen, die meine Wirbelsäule stark und stabil macht. Und meine Rückenschmerzen? Die habe ich wegtrainiert. Und eine bereits geplante Operation konnte ich absagen.“

A. Reicht – Patientin nach Sportunfall

RÜCKEN THERAPIE CENTER[®]

by Dr. WOLFF

Starten Sie mit uns in einen schmerzfreien Alltag!

Wollen auch Sie wieder unbeschwert und schmerzfrei leben? Dann fragen Sie Ihren Arzt, Therapeuten oder Trainer nach dem Rückentherapie-Center von Dr. Wolff, der besten Adresse für Ihren Rücken.



medCLINIC



medCLINIC im Orthopädie-Zentrum Innere Stadt
Postgasse 6/Eingang Predigergasse, 1010 Wien
Tel.: 01/393 10 20, office@medclinic.at
www.medclinic.at

Fotos: Dr. Wolff, Titelbild: © Jacek Chabraszewski, www.istockphoto.com
Gestaltung: www.EDELWEISS-Werbeagentur.at

RÜCKEN THERAPIE CENTER[®]

by Dr. WOLFF

Rücken-schmerzen?



www.rueckentherapie-center.com
www.medclinic.at

Segmentale Stabilisation – Effektiv gegen Rückenschmerzen

Ursache für Rückenschmerzen sind meist abgeschwächte Muskeln, die die Wirbelsäulensegmente, die sie umgeben, nicht mehr stabilisieren können. Bei akuten und chronischen Schmerzen wird diese wichtige Muskulatur von Gehirn und Nervensystem gar nicht mehr aktiviert, wodurch zusätzlich Schmerzen entstehen.



Bewegungs-Sensoren mit optischer Anzeige Ihrer Trainingsbewegungen – der Schlüssel zu Ihrem Erfolg.

Beim gesunden Menschen hingegen baut das Gehirn schon beim Erkennen einer möglichen Belastung für die Wirbelsäule die schützende Spannung in der stabilisierenden Muskulatur auf. Diese sogenannte antizipatorische Aktivität setzt also bereits ein, bevor wir z.B. einen Medizinball fangen oder etwas Schweres heben.

Die tiefen Bauch- und Rückenmuskeln schützen und stabilisieren so die Wirbelsäule in ihrer korrekten Haltung.

Durch mangelnde segmentale Stabilisation kommt es zu einer erhöhten Abnutzung der Wirbelsäule und bei spontanen Hebe- und Drehbewegungen zu Schmerzen und Verletzungen.

Das Sensorsystem bringt den entscheidenden Erfolg.

Nur in der sogenannten neutralen Zone wird die stabilisierende Muskulatur optimal angesprochen und trainiert. Diese Zone wird mit Hilfe der speziellen Sensoren an den Geräten im Dr. Wolff Rückentherapie-Center bestimmt.

Nur durch den Sensor und die Anzeige direkt am Gerät können sowohl Patient als auch Therapeut permanent kontrollieren, ob die Bewegung noch in der neutralen Zone abläuft.

Minimale Bewegungen, maximale Wirkung

Zuerst mit kleinsten Bewegungen und danach mit stabilisierenden Halteübungen, die von Einheit zu Einheit etwas

erschwert werden, können gezielt der M. Transversus und die M. Multifidii trainiert werden, die hauptverantwortlich für die Stabilisation der Lendenwirbelsäule sind.

Sehr oft berichten Patienten schon nach wenigen Einheiten von einer deutlichen Besserung ihrer Beschwerden. Der segmentalen Stabilisationstherapie wurde in wissenschaftlichen Studien eine weitaus höhere Nachhaltigkeit attestiert als herkömmlichen Therapien.

Das 4 Stufen Therapie-Konzept

- Stufe 1** Sie lernen, die stabilisierenden Muskeln gezielt einzusetzen
- Stufe 2** Aktivierung der haltungsstabilisierenden Muskeln in unterschiedlichen Bewegungsebenen
- Stufe 3** Übertragung der erlernten Stabilisation auf Alltagsbewegungen
- Stufe 4** Sie lernen, die Wirbelsäule bei Belastungen zu stabilisieren

www.rueckentherapie-center.com
www.medclinic.at