

TROPSCH RÜCKENKONZEPT

Die ganzheitliche Rückentherapie.
6 Bausteine zu einem gesunden
und vitalen Rücken bis ins hohe Alter.



**JETZT
ANMELDEN!**



gesundheitszentrum
teamtropsch

therapie | fitness



NANCY TROPSCH

Physiotherapeutin
Osteopathin
Heilpraktikerin

6 BAUSTEINE ZU EINEM STARKEN RÜCKEN

Es plagen Sie immer wieder Beschwerden im Rückenbereich?
Sie haben schon viel ausprobiert aber nichts hat so richtig geholfen?

Ich habe für Sie ein neues Rückenkonzept aus 6 Bausteinen erstellt. Hierbei gehe ich zusammen mit Ihnen den Beschwerden auf den Grund, um somit ein langfristiges Ergebnis zu erzielen. Dabei vereine ich verschiedene Fachbereiche, sodass der Mensch im Ganzen betrachtet wird. Als Osteopathin, Heilpraktikerin und Physiotherapeutin ziehe ich orthopädische, neurologische und gynäkologische Bereiche, sowie Zahnheilkunde und Innere Medizin (Organbereiche z.B. Niere, Magen-Darm-Trakt, Leber/Galle, Bauchspeicheldrüse, Atmung und Bluthochdruck) in meine Betrachtungsweise mit ein. So wird nicht nur ein einzelner Teil des Körpers betrachtet, denn alles am Körper spielt zusammen.

Ziel dieses Rückenkonzeptes ist es, Sie in soweit zu unterstützen, dass man der Ursache auf den Grund geht und Ihnen eine Hilfestellung bietet, um die bestmögliche Bewegungs- und Schmerzfreiheit zu gewinnen.

**„WAS GENUTZT WIRD,
ENTWICKELT SICH,
WAS UNGENUTZT
BLEIBT, VERKÜMMERT!“**

HIPPOKRATES UM 460 V. CHR.

TROPSCH RÜCKENKONZEPT

DER EFFEKTIVE WEG ZUR RÜCKENGESUNDHEIT

BAUSTEIN

01

Anamnese: Zu dieser bringen sie alle alten MRT, Röntgen und andere Untersuchungsbefunde mit. Diese schaue ich mit Ihnen gemeinsam an und mache eine umfangreiche Untersuchung des gesamten Körpers.

Inhalt: Haltungsstatus, Untersuchung der Gelenke, Fußstatus, Wirbelsäule, Beckenstatus, Beinlängenkontrolle, Muskulatur, Organe, Faszien, craniosacrales System sowie neurologisches System. Ggf. Urinuntersuchung, Blutdruckmessung u.a.. Auch Augen, Ohren und Zähne spielen eine Rolle, genauso wie Medikamente, vorangegangene Operationen und andere Nebenerkrankungen. Zusammen mit Ihnen lege ich dann den Behandlungsplan fest.

BAUSTEIN

02

2 osteopathische Behandlungseinheiten: Hier werde ich individuell je nach vorausgegangenem Befund Therapiebausteine wie Faszientherapie, viscerale Therapie, craniosacrale Therapie, Manuelle Therapie, Triggerpunkttherapie, craniomandibuläre (Zahn- und Kiefertherapie), Mc Kenzie, Narbentherapie oder Tape einsetzen.

BAUSTEIN

03

Gespräch / Personal Training: Je nach Befund legen wir einen Termin für ein Gespräch oder ein Personal-Training fest, bei dem individuell Pläne für das Fitnessstudio, medizinisches Gerätetraining, eigene Übungen für zu Hause oder Kursmöglichkeiten besprochen und ggf. direkt geübt werden.

BAUSTEIN

04

3 weitere Behandlungen: Ich wähle für Sie passend aus Dorntherapie, Stoßwelle und Massage 3 weitere Behandlungen aus.

BAUSTEIN

05

Theraband / Fascienball: Sie erhalten entweder einen Fascienball oder ein Theraband um spezifisch aktiv zu werden, genauso wie einen persönlichen Übungsplan für zu Hause.

BAUSTEIN

06

Abschlussgespräch: Ein Abschlussgespräch klärt mit Ihnen, ob ein weiteres Vorgehen notwendig ist und wie dieses aussehen könnte.

* Heilpraktiker oder PKV,
sonst Selbstzahlerleistung

481.- €

Die Bausteine können bei Bedarf um ein 3 monatiges med. Gerätetraining, osteopathische Behandlungen oder einen Kurs ergänzt werden.



Patientengeschichte Klaus S., 67 Jahre

„Gestern war so schönes Wetter und da wollte ich halt den Garten fertig machen. Das war dann aber wohl ein bisschen viel und seitdem kann ich nicht mehr richtig aufrecht stehen und laufen. Außerdem zieht es hinten so im Gesäß.“

Behandlungsprogramm

Herr S. hat einfach zu lange in der gleichen Position gearbeitet und dem Rücken zu viel zugemutet. Durch seine einseitige Haltung beim Unkraut bearbeiten als Rechtshänder hat er sich das Beckengelenk, das Iliosakralgelenk blockiert. Dadurch dreht der Beckenkamm nicht mehr richtig nach vorn und Herr S. bekommt die Lendenwirbelsäule nicht mehr in Aufrichtung. Deshalb kann er nicht mehr aufrecht stehen und Laufen geht schlecht, da ohne Bewegung im ISG keine Bewegung der Hüfte nach hinten möglich ist. Auch die Ausstrahlungen ins Gesäß kommen aus diesem Bereich. Mit einigen wenigen Handgriffen bekommen wir die Blockade aber zügig in den Griff und durch die Behandlung der umgebenen Bänder und Muskeln schaffen wir auch ein anhaltendes Ergebnis.

Patientengeschichte Cornelia M., 39 Jahre

„Vor 3 Tagen ist es mir morgens beim Zähne putzen ins Kreuz gefahren. Seitdem kann ich mich kaum bewegen, dabei habe ich nichts schweres gemacht. Es schmerzt hinten im Rücken und zieht mir hinten runter bis ins Bein...“

Behandlungsprogramm

Häufig passieren solche Schmerzzustände bei ganz einfachen Bewegungen ohne Belastung, da wir dort weniger aufpassen und unseren Körper nicht anspannen. Dann ist die Wirbelsäule ungeschützt, weil die kleinen Muskeln zwischen den Wirbelkörpern nicht arbeiten. Die Schmerzen sind dann oft wie ein Messerstich und strahlen auch ins Bein aus. Da Frau M. bereits nach 3 Tagen zu uns in die Praxis kam, konnten wir das Problem innerhalb einer Woche lösen, da die Muskulatur zwar schon sehr angespannt war, als Schutzmechanismus für den Körper, aber noch keine starke Fehlhaltung durch die Schmerzen entstanden war. Mit Mobilisationstechniken für die Wirbelsäule und Faszientechniken für den Rücken konnte der Schmerz und die Ausstrahlungen behoben werden. Mit einem Trainingsprogramm für die tiefe Rückenmuskulatur und den Beckenboden konnten wir Frau M. vor weiteren Schmerzzuständen bewahren.

Patientengeschichte Anja S., 29 Jahre

„Ich habe seit vielen Wochen Herzrasen, Atemnot und dadurch dann immer richtige Panikattacken. Ich war 7 Tage im Krankenhaus und alles wurde untersucht, aber nichts gefunden. Sie sind meine letzte Rettung...“

Behandlungsprogramm

Nach eingehendem Befund und Untersuchung konnte eine Blockade im Brustwirbelsäulenbereich und starke Verspannungen im Zwerchfellbereich festgestellt werden. Blockaden in der BWS durch viel Sitzen, wenig Bewegung und kein Sport können Symptome ähnlich einem Herzinfarkt auslösen. Das Zwerchfell, das mit den Rippenbögen und der Wirbelsäulenhinterseite verbunden ist, wird durch eine solche Blockade beeinflusst und kann sich auf Atmung, Magen, Herzrasen auswirken. Da Frau S. die Symptome bereits seit vielen Wochen hatte und sich die Situation über einen langen Zeitraum aufgebaut hat, benötigten wir einige Behandlungen, um die Symptome vollständig zu beseitigen. Nach der ersten Behandlung hatte Frau S. allerdings bereits deutlich weniger Probleme.

WIR SIND FÜR SIE DA!



0 70 25 - 8 99 15

**WEITERE
KURSINFOS**

unter:
www.teamtropsch.de



gesundheitszentrum
teamtropsch

Am Thermalbad 5 · 72660 Beuren

Fon: 0 70 25 - 8 99 15

E-mail: info@teamtropsch.de

www.teamtropsch.de