



NEWSLETTER

Ausgabe November 2011



Steglitz Physiotherapie

Ilona Hildebrandt

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Die Weihnachtszeit steht vor der Tür... 2011 neigt sich schon wieder dem Ende zu. Fast könnte man den Eindruck bekommen, dass nicht nur jahreszeitenbedingt die Tage, sondern auch die Jahre immer kürzer werden. Wenn Sie Gesundheit und Wohlbefinden verschenken wollen, bieten wir Ihnen Gutscheine zum Wohlfühlen (Massagen, Fußreflexzonenmassage) oder für einen unserer Workshops, individuelle Rückenschule oder eine aktive Mittagspause in Ihrem Betrieb an.

Und auch in diesem Jahr haben Sie die Möglichkeit etwas Gutes zu tun. Kennen Sie das (Obdachlosen) Café der Berliner Stadtmission?

Wir wünschen Ihnen eine schöne Adventszeit, frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr und hoffen, dass der nächste Winter nicht so lang wird. Kommen Sie gut durch Schnee, Eis und Kälte!

Herzliche Grüße

Ilona Hildebrandt

Ilona Hildebrandt u. Team

Was bedeutet „Krankengymnastik nach Bobath“

Eingesetzt wird das Bobath-Konzept in der Behandlung von Säuglingen, Kindern und Erwachsenen mit zerebralen Bewegungsstörungen, sensomotorischen Störungen und neuromuskulären Erkrankungen wie Schlaganfall, Multipler Sklerose, intrazerebraler Blutung, Schädel-Hirn-Trauma, Erkrankungen des Rückenmarks, Enzephalitis, Hirntumoren, Morbus Parkinson und peripheren Nervenschädigungen.

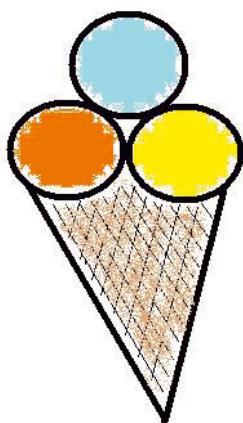
Entwickelt wurde das Konzept von dem Ehepaar Berta (Gymnastiklehrerin) und Karel Bobath (Neurologe) Mitte der 40er Jahre, das in den folgenden Jahrzehnten ständig erweitert und differenziert wird. Seit 1984 besteht die International Bobath Instructors Training Association (IBITA). Therapeuten können sich von IBITA-Instruktoren zusätzlich zur physiotherapeutischen Ausbildung ausbilden lassen und erhalten ein Zertifikat, was zur Abrechnung der Leistung KG ZNS gegenüber den Krankenkassen benötigt wird.



Das Ehepaar Bobath bezeichnete die von ihm entwickelte Arbeitsweise ausdrücklich als Konzept und nicht als Methode. Das Bobath-Konzept beinhaltet also keine vorgeschriebenen Techniken, Methoden oder Übungen, die mit allen Patienten in stets gleicher Weise zu absolvieren sind.

So ergeben sich folgende Therapieansätze:

- Vermeidung bzw. Hemmung von Spastik und Wiederherstellung eines angepassten Muskeltonus
- Anbahnung physiologischer Bewegungsabläufe
- Vermeidung kompensatorischen Fehleinsatzes der nicht betroffenen Seite
- Normalisierung der Wahrnehmung des eigenen Körpers und der Umwelt
- Selbstständigkeit in den Aktivitäten des täglichen Lebens (ADLs).



Exklusiv für meine Kunden:

EISCAFÉ & BUBBLE TEA BAR KUNTERBUNT

Eine Mischung aus modernem, stilvollem und klassisch Altem mit einem Hauch von süßem Kitsch in lockerem Umgang.....einfach KUNTERBUNT!

Super leckere Kaffee Spezialitäten, selbst gemachtes Eis, diverse Eisbecher, Chai Latte mit Tapioka Perlen - Uuuuund Bubble Tea (Teegetränk aus der molekularen Küche)

Vorbeikommen, auswählen, probieren, Feedback abgeben und wiederkommen :)

Ermäßigung: Mit dem Newsletter gibt es bis Ende Dezember 2011 einen BUBBLE TEA zum Preis von 2,00€ statt 2,50€ oder zwei Kugeln Eis zum Preis von einer (0,90€)

Steglitzer Damm 5, 12169 Berlin Öffnungszeiten täglich von 11-21 Uhr



Was man wissen sollte zum Thema:

"Schlaganfall schnell erkennen"

Der Schlaganfall ist ein ernster medizinischer Notfall. Ein schneller Behandlungsbeginn auf einer spezialisierten Schlaganfall Station (Stroke Juniti) ist entscheidend für eine gute Prognose.

Die Warnzeichen und Symptome zu erkennen, ist relativ einfach. Diese sollten Sie kennen: Hängt ein Mundwinkel? - Ist eine Körperseite gelämt? - Liegt eine halbseitige Taubheit bzw. Gefühlsstörung vor? - Ist die Sprache gestört? - Ist das Gesichtsfeld plötzlich eingeschränkt? - Tritt ein plötzlicher, meist vernichtender Kopfschmerz auf?

Verlieren Sie keine Zeit! Auch wenn Sie Zweifel haben sollten, wählen Sie die Notrufnummer 112.



Vorankündigung der nächsten Workshopthemen 2012

Mit unserer Workshopreihe wollen wir Ihnen zu bestimmten Themen Informationen geben und/oder Übungsbeispiele zeigen, damit Sie dann selbstständig trainieren können. Ab Februar ist es wieder soweit. **Theraband - Burn Out - Nordic Walking:** Die genauen Termine gibt es ab Januar in unserer Praxis oder auf unserer Internetseite www.steglitz-physiotherapie.de



Es ist an der Zeit, etwas Gutes zu tun!

Der Jugendkreis des Gemeinschaftswerk Berlin-Brandenburg (ein unabhängiges Werk innerhalb der evangelischen Kirche) veranstaltet am 25. November im (Obdachlosen-) Café der Berliner Stadtmission eine Adventsfeier. In guter Tradition werden warme Socken und selbstgebackene Plätzchen verschenkt und alles was warm hält.

Sie haben abgelegte Wintergarderobe im Schrank, die zum Wegwerfen zu schade ist? (z.B. Ski-Winterhosen, dicke Jacken, Schal, Mütze, Handschuhe und Thermounterwäsche, das i-Tüpfelchen wären Isomatten, Schlafsäcke und Steppdecken) Würde es Ihnen Freude bereiten, anderen damit helfen zu können? Dann bitte alles möglichst einmal durchwaschen und bis zum 18. November bei uns in der Praxis abgeben.

Danke für Ihr Interesse und Ihre Hilfsbereitschaft im Namen des Jugendkreises der LKG Eben-Ezer.



PRAXIS FÜR LOGOPÄDIE Claudia Manth

Grillparzerstraße 18
12163 Berlin
Telefon (030) 824 71 41
claudiamanth@web.de

Partner -Tipp

Praxis für Logopädie Claudia Manth

In Deutschland erleiden jährlich über 250.000 Menschen einen Schlaganfall. Viele leiden danach unter Sprach-, Sprech-, und Schluckstörungen. Unser kompetentes und freundliches Team, bestehend aus 6 Mitarbeitern, beschäftigt sich seit 16 Jahren mit Therapie und Rehabilitation von allen logopädischen Störungsbildern.

Gern übernehmen wir auch Therapien im Hausbesuch.

Benötigen Sie Beratung?

Kontaktieren Sie uns per Mail: claudiamanth@web.de oder telefonisch unter: (030) 824 71 41

Herausgeber

Steglitz Physiotherapie
Ilona Hildebrandt (V.i.S.d.P.)

Steglitzer Damm 1, D-12169 Berlin
Telefon: (030) 796 13 10
Telefax: (030) 79 78 48 22
E-Mail: info@steglitz-physiotherapie.de
Web: www.steglitz-physiotherapie.de

Herstellung

advertare | Werbung + Grafikdesign
Olaf Behrendt

Rohlfstraße 21
D-14195 Berlin
Telefon: (030) 897 25 330
E-Mail: office@advertare.de
Web: www.advertare.de

Konzept

Erlebnis-Factory GmbH
www.erlebnis-factory.de

Bildnachweis

Seite 1, Bild Mitte: Bobath
Seite 2, Bild 1: S. Kaulitzki - Fotolia
Seite 2, Bild 2: Lichtmalder - Fotolia
Seite 2, Bild 3: sd2005 - stck.xchng