

Therapie: Bewegungstherapie im Trockenen

Bewegungstherapie im Trockenen ist zumeist eine krankengymnastische Bewegungsbehandlung, die als Einzel- oder Gruppentherapie erfolgt. Sie hat sehr unterschiedliche Indikationen und Ausprägungen. Häufig dient sie der allgemeinen Verbesserung der Bewegungsausmaße von Wirbelsäule und Gelenken, sie kann aber auch gezielt zur Steigerung des Bewegungsumfanges eines Gelenkes zum Einsatz kommen. In der neurologischen Rehabilitation dient sie oft auch der Schulung der Koordination (Stand- und Gangsicherheit).

Therapie: Bewegungstherapie im Wasser

Bewegungstherapie im Wasser kann wie im Trockenen als Einzelbehandlung (z.B. im Bewegungsbad) oder in Gruppen (sog. Wassergymnastik) durchgeführt werden.

Die spezifischen Möglichkeiten der Wassertherapie (Wärme, Auftrieb, Widerstand) können sehr wirksame Therapieeffekte erzielen lassen. Sie kann als allgemeine Wassergymnastik oder indikationsbezogen (z.B. Adipositas-Wassergruppe) vorgenommen werden.