

Atemphysiotherapie, Atemtherapie

Die klinische Atemtherapie befasst sich mit den Krankheiten und Funktionsstörungen von Lunge und Stimmapparat. Sie arbeitet sowohl prophylaktisch als auch nachbehandelnd. Die Atemtherapie hat als hauptsächliche Ziele die folgenden:

- Pneumonieprophylaxe
- Sekretlösung und -transport
- Stabilisierung/Aufbau eines stabilen Bronchialsystems, insbesondere bei obstruktiven Erkrankungen (Chronische Bronchitis, Asthma usw.)

Auch das Atemtraining ist Teil der Atemtherapie. Man versteht darunter verschiedene Übungen zur Verbesserung der Lungenkapazität. Hierzu werden vor allem die Brustmuskulatur gestärkt und Techniken zur vermehrten Bauchatmung geübt. Eine effektive Atemtherapie soll zum Abbau atemhemmender Widerstände, Abbau von Fehlatabewegungsformen, zur Sekretlösung, zur Ventilationssteigerung, zur Kräftigung der Atemmuskulatur und zu einer allgemeinen Leistungssteigerung beitragen.

Atemgymnastik

Dient zur Verbesserung der natürlichen Atmung und zur Kräftigung der Atmungsorgane. Es werden spezielle Techniken erlernt, die der Atemvertiefung, Brustkorbbeweglichkeit sowie der Entspannung dienen. So kommt es zu einer besseren Belüftung des gesamten Atemsystems.

Reflektorische Atemtherapie

Durch die aktive Stimulierung konkreter Körper - Rezeptoren wirkt die/der Therapeut/in auf den Atem - Rhythmus des Patienten ein. Erreicht wird die Optimierung der Atmungsvorgänge und damit konsequenterweise eine Verbesserung der Beweglichkeit des Körpers. Das Ergebnis: eine spürbare Erleichterung für den gesamten Organismus und ein gesteigertes Wohlbefinden. Außerdem wird der Körper in seiner Eigenregulation unterstützt. Die Reflektorische Atemtherapie bietet therapeutische Hilfe bei verschiedenen Beschwerden im physischen und psychischen Bereich. Unter Einbeziehung der natürlichen Atemfunktionen des Menschen können Patienten in folgenden Bereichen sinnvoll behandelt werden:

Störungen des Atmungssystems, Störungen des Bewegungsapparates, Störungen der Inneren Organe, Neurologische Erkrankungen, Psychosomatische Erkrankungen, Intensivmedizin

Eingesetzt werden dabei Manuelle Techniken, Wärmeapplikationen bzw. Kompressen und Atemgymnastik. Sowohl die Kenntnis über die konkreten Bereiche, bei denen sich eine Anwendung der Reflektorischen Atemtherapie anbietet, als auch die Methode und die Techniken im einzelnen werden in Kursen von erfahrenen RAT - TherapeutInnen vermittelt.