



Sich frei
bewegen



Physiopraxis Nicolas

Informationen zum Thema: **McKenzie Therapie, Manuelle Therapie**

McKenzie Therapie:

Dies ist eine besondere, effektive Vorgehensweise bezüglich Diagnostik und Therapie bei Bandscheibenproblemen. Hierbei wird der Patient aktiv in den Therapieprozess einbezogen und aufgeklärt, wie ein BS-Vorfall entsteht und durch welche Bewegungen er positiv beeinflusst werden kann. Die Übungen sind einfach durchzuführen und können sehr gut in den Alltag integriert werden, damit länger dauernde Beeinträchtigungen vermieden werden und wieder möglichst schnell ein aktives Leben geführt werden kann.