



Schröpfen

Schröpfen ist ein bewährtes Heilverfahren. Durch die Anwendung der Schröpfkugeln werden Wind, Kälte und Feuchtigkeit, die in den Körper eingedrungen sind, wieder aus dem Körper abgeleitet. Die Meridiane werden befreit, die Zirkulation von Blut und Qi verbessert, Schmerzen und Schwellungen gelindert und die Genesung gefördert (Kaptchuk TJ 1990).

Anwendung:

- lockert das Gewebe
- löst Verspannungen der Muskulatur
- wirkt schmerzlindernd
- reguliert und stärkt das Immunsystem
- regt zusätzlich den Blut- und Lymphfluss an

Eine Sitzung geht über 30 Minuten und sollte 1-mal wöchentlich angewendet werden.

Eine Schröpfkopfsitzung kostet insg. 12,71€.



Praxis für Schmerz- und Palliativtherapie

Dr. med. Ulrike Köhler

Fachärztin für Anästhesiologie, spezielle Schmerztherapie,
Akupunktur, Palliativmedizin, Notfallmedizin und Psychotherapie

Adresse

Bergheimer Straße 56a
69115 Heidelberg

Tel. 06221/48 57 57

Fax 06221/48 57 56

E-Mail: info@schmerztherapie-palliativmedizin.de

Web: www.schmerztherapie-palliativmedizin.de

Praxiszeiten

Montag	08.00 - 15.30 Uhr
Dienstag	12.00 - 18.00 Uhr
Mittwoch	08.00 - 16.30 Uhr
Donnerstag	08.00 - 15.30 Uhr
Freitag	nach Vereinbarung



Komplementäre Therapien



Dr. med. Ulrike Köhler

Fachärztin für Anästhesiologie, spezielle Schmerztherapie,
Akupunktur, Palliativmedizin, Notfallmedizin und Psychotherapie

Komplementäre Therapien

Kinesio-Tape Therapie

Das Tape enthält dieselbe Elastizität und Dicke, wie die menschliche Haut, es passt sich besonders gut an jede natürliche Bewegung des Körpers an. Der körpereigene Heilungsprozess wird stimuliert, indem es Unterstützung und Stabilität bietet, ohne dabei die Beweglichkeit zu beeinflussen. Aus diesem Grund wird das medizinische Taping oftmals als ergänzende Behandlungsmethode verwendet.

Anwendung:

- Haltungskorrektur
- Triggerpunkt Therapie
- Muskuläre Beschwerden

Muskelkater, Muskelfaserriss, Überdehnung

Eine Kinesio-Tape Anlage kostet 10 €



Hochtontherapie

In unserer Praxis werden Sie mit einem HiTOP Hochtontherapiegerät behandelt. Dies ist eine sehr effiziente Therapie: 70 – 80 % aller Patienten haben eine Schmerzlinderung oder sind schon nach der ersten Behandlung schmerzfrei.

Hauptindikationen sind:

- Polyneuropathie einschl. diabetischer Polyneuropathie
- multiple Gelenkschmerzen bei Knie- und Hüftarthrose
- chronische Wirbelsäulenschmerzen mit und ohne Ausstrahlungen in Arme oder Beine bei Bandscheibenschäden oder Verschleiß der Wirbelgelenke
- Tennisellenbogen
- Schulter-Arm-Syndrom
- Ödembehandlung
- Offene Wunden (Ulcus cruris)
- Belastungs- und Erschöpfungszustände
- Schmerzen nach Operationen und Verletzungen

Kontraindikationen:

Fieberhafte Allgemeininfekte, lokale bakterielle Infektionen, Schwangerschaft, Herzschrittmacher

Eine Sitzung geht über 30 Minuten und sollte 2-mal wöchentlich angewendet werden.

Eine Hochtontherapie Sitzung kostet 25€

Autogenes Training

Das Autogene Training wurde 1932 von dem Psychiater Johannes Heinrich Schulz (1884 – 1970) entwickelt und gilt seitdem als das wichtigste Entspannungsverfahren.

Anwendung:

- Fibromyalgiesyndrom
- Muskulären Schmerzen
- Allen Kopfschmerzarten
- Schlafstörungen
- Ängsten & Depressionen

Der Kurs enthält 8 Sitzungen von jeweils 45 Minuten

Wird von der Krankenkasse übernommen.

Biofeedback

Sie lernen Verhaltensweisen, wie körperliche Entspannung, Anspannung und Entspannung bestimmter Muskeln oder auch eine Reduktion des negativen Stressempfindens bewusst und zielgerichtet zu erreichen. Dies geschieht über die von Ihnen gesteuerte Beeinflussung von Atmung, Muskelspannung, Herzschlag, Durchblutung und Schweißdrüsenaktivität – alles Funktionen Ihres Körpers die den momentanen Zustand bestimmter Anteile Ihres Nervensystems reflektieren.

Anwendung:

- Fibromyalgiesyndrom
- Migräne
- Rückenschmerzen
- Spannungskopfschmerzen
- somatoforme Schmerzstörungen

Eine Sitzung geht über 30 Minuten und sollte 1-mal wöchentlich angewendet werden.

Eine Biofeedback Sitzung kostet 36€.