KN-AL-23-01

# Atemtherapie und Lungentraining | 9 FP

Innere und neurologische Erkrankungen, Lungeninfektionen (z.B. COVID-19 oder Pneumonien), orthopädische Beschwerden und rheumatische Prozesse haben allesamt Einfluss auf die Lungenfunktion.

Auch Stress wirkt sich auf die Atmung aus, gleichwohl lässt sich mit Atemtechniken Stress beeinflussen. Durch aktive Bewegungsanalyse lässt sich präzise der Bereich und die Struktur lokalisieren, die die Lungenbeeinträchtigung auslöst. Eine entsprechende Behandlung der Elastizität von Zwerchfell, Thorax, umgebendem Muskel-, Faszien- und Nervensystem führt in den meisten Fällen zu schneller funktioneller Verbesserung.

Die zielgenaue Behandlung vermindert verlässlich Symptome und verhindert ein Voranschreiten degenerativer Prozesse. Eine Atem- und Lungen-Routine zur Beeinflussung von Muskel-, Fascienspannungen und Gleitfähigkeitseinschränkungen im Nervensystem ermöglicht es Patient*innen, Verantwortung für Ihre Atmung und Lungengesundheit zu übernehmen und für sich etwas zu tun.

**Themen dieses Kurses sind:**

- Aktive Untersuchung der Lunge und Thoraxregion
- Praktische Vorgehensweise bei Menschen mit Atem- und Lungenbeschwerden: aktive Muskel-, Fasziendehnungen, Förderung der neuralen Gleitfähigkeit
- Hustenhilfen manuell und mit Gerät
- Vorstellung von Atemtrainingsgeräten
- Aktivitäts-, Trainings- und Sportberatung
- Eigenübungsprogramm: Atem- und Lungen-Routine
- Patientenedukation und Kommunikationsregeln bei Menschen mit Atem- und Lungenbeschwerden
- Leitliniengetreue und evidenzbasierte Behandlung

| | |
|---|---|
| **Leitung** | Alexander Dassel \| Physiotherapeut, sekt. Heilpraktiker Physiotherapie, Hochschuldozent |
| **Kursgebühr** | 0,00 € inkl. Skript |
| **Beginn** | 19.10.2023 |
| **Ende** | 19.10.2023 |
| **Kurszeiten** | Do. 19.10., 09:00 - 17:00 Uhr |
| **Kursort** | Lohnerhofstraße 2, 78467 Konstanz |
| **Zielgruppe** | Physiotherapeuten, Ergotherapeuten |
| **Fortbildungspunkte** | 9 |