

Vorteile der FOI®:

- Schneller und effektiver Befund
- Sanfte Behandlungstechniken
- Gezielte Behandlungsstrategie
- Keine Kontraindikationen
- Schmerzfremde Behandlung
- Eine gute Behandlungsprognose lässt sich oft einfach erstellen.
- Schmerzlinderung in kurzer Zeit

Die Behandlung umfasst 3 Elemente:

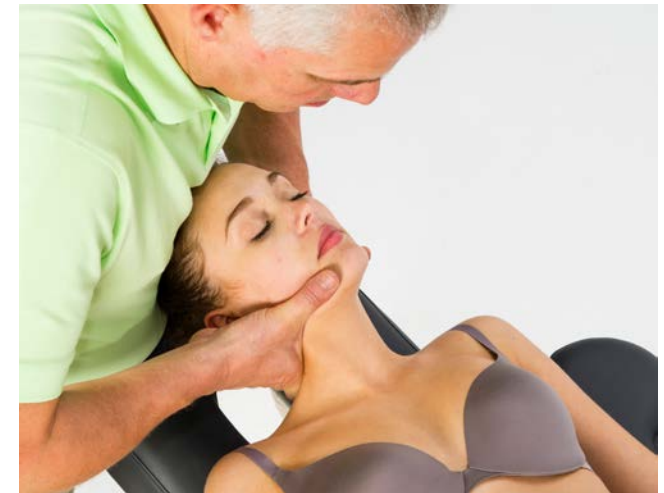
1. Die Korrektur der einzelnen Knochen zueinander
2. Die Korrektur der dreidimensionalen Bewegungsphysiologie der Gelenke
3. Die Korrektur des Muskeltonus

Zögern Sie nicht, uns anzusprechen!

Physio-Praxis!
Kompetenzzentrum für FOI®
Osterholzstraße 6
34123 Kassel
Telefon: 0561 56160
www.kompetenzzentrum-ks.de



Die schmerzhafteste Kopf- und Nackenregion



Aber auch Ihre Mitarbeit ist gefragt:

Wichtig ist, dass auch Sie sich für Ihre Heilung einsetzen!!

- Ein Spaziergang von etwa 15 Minuten nach der Therapie ist äußerst wichtig
- Sehr belastende Aktivitäten und Sportarten sollen während der Korrekturphase ausgesetzt werden.
- Spazierengehen oder Nordic Walking wirken sehr unterstützend
- Belastende Tätigkeiten wie schweres Heben oder Staubsaugen sollten 2 -3 Tage nach der Behandlung nicht ausgeübt werden.

Herzlich Willkommen im Kompetenzzentrum für FOI®



Nach der Korrekturphase ist ein gezieltes Funktionelles Training oft notwendig. Wir erarbeiten für Sie dann individuell die für Sie wichtigen Übungen.

Zertifiziertes Mitglied im
Verband Freier Osteopathen



Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Beschwerden oder Schmerzen im Bereich der Kopf- und Nackenregion sind heutzutage allgegenwärtig. Viele Menschen leiden unter akuten oder auch chronischen Kopfschmerzen.

Die Einnahme von Schmerzmedikamenten betäubt lediglich die Symptome, eine gezielte Behandlung ist das nicht!

Oft sind Verspannungen im Nacken die Ursache. Stress und langes Sitzen, z.B. am Computer, sind wichtige Faktoren.

Diese können Blockierungen zur Folge haben, die wiederum noch stärkere Schmerzen und Verspannungen auslösen, **eine Sackgasse!**

Wir zeigen Ihnen einen anderen Weg!

Die **FOI®** setzt direkt an den Ursachen an. In sehr vielen Fällen sind die Blockierungen und Verspannungen die Folgen einer **veränderten Statik** in der gesamten Wirbelsäule! Das beginnt häufig schon am Becken. Hier können sogenannte Dysfunktionen - die z.B. durch ein früheres Verhebetauma entstanden sind - **'Blockierungsketten'** verursachen.

Der Kopf und Nacken sind dann häufig 'nur' die Kompensationsbereiche.

Unser Blick richtet sich auf Ihre Wirbelsäule als Gesamtheit und die Behandlung erfolgt nach funktionellen Zusammenhängen.

Die Erfahrung zeigt, dass dieser Ansatz wesentlich erfolgreicher ist, als herkömmliche und nur lokal angesetzte Therapieformen.

Auch Ihre persönlichen Rahmenbedingungen sind von entscheidender Bedeutung!

Für eine nachhaltige Therapie sind unter anderem folgende Einflussfaktoren von großer Bedeutung:

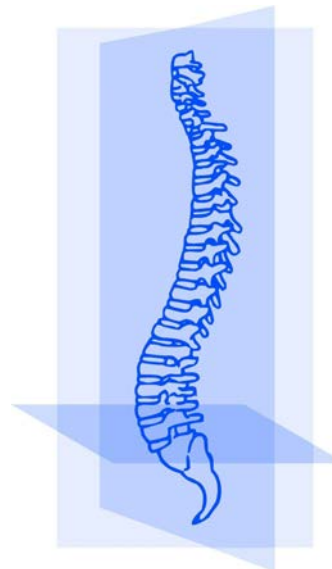
- Ihre Sitzhaltung am Arbeitsplatz
- Die Einrichtung Ihres Arbeitsplatzes
- Veränderungen am Aufbiss Ihrer Zähne oder aber Kiefergelenksprobleme
- Ihre Augen und gegebenenfalls Ihre Brille
- Ihr Verhalten bezüglich Entspannung und Bewegung
- Sport- und Freizeitverhalten
- 'Work-Life-Balance'

Zudem besprechen wir auch weitere ärztliche Diagnosen mit Ihnen, inwieweit diese mit Ihren Kopf- und Nackenbeschwerden in Zusammenhang stehen.

Das ist wichtig, um Ihr Beschwerdebild ganzheitlich zu betrachten.

Der Ansatz der **FOI®**:

Fehlstatik des Beckens sowie Dysfunktionen an Hüfte und Fuß als Ursache für Beschwerden in der Kopf- & Nackenregion.



So gehen wir vor:

Zu Beginn werden wir das Becken und die Wirbelsäule genau untersuchen, ob und welche Blockierungsketten vorhanden sind.

Dieser **Statikbefund** gibt wichtige Hinweise, welche Störungen für Ihre Kopf- und Nackenbeschwerden verantwortlich sind.

Wir erläutern Ihnen direkt diesen Befund, den Zusammenhang mit Ihren Beschwerden und beantworten gerne Ihre Fragen.

Der Befund dient als Grundlage für die Behandlungsstrategie. Schritt für Schritt korrigieren wir Ihre Körperstatik.

Mit dieser Statikkorrektur lässt sich nach den ersten 2 – 3 Behandlungen die Anzahl der notwendigen Therapieeinheiten als Richtwert bestimmen. In vielen Fällen reichen 6 Behandlungen aus.

Im Anschluss an die Therapie kann ein gezieltes Funktionelles Training oder eine Arbeitsplatzanalyse notwendig sein.

Auch hierfür sind wir Ihre Experten!



Bernd Lester, Praxisinhaber
Dozent am Fortbildungsinstitut für FOI®