

Das sagen unsere Patienten

Liebes Praxisteam,
seit Jahren litt ich aufgrund einer Fehlstellung im Hüftgelenk unter Schmerzen und konnte dadurch kaum Sport treiben. Verschiedenste Therapien brachten keinen Erfolg. Durch Eure Arbeit bin ich nahezu beschwerdefrei und kann wieder Sport treiben. Danke dafür und auch für Eure tolle und individuelle Betreuung!!

Fabian Berger, 22 Jahre, Kassel

Lieber Herr Lester,
nach einer Knieverletzung plagten mich sowohl Knie- als auch Hüft-, Rücken- und Schulterschmerzen. In Ihrer Praxis wurde mir durch gezielte osteopathische Techniken geholfen meine Beschwerden zu lösen. Gerade habe ich mir neue Laufschuhe zugelegt, um wieder mit meinem Hobby – dem Laufen – zu starten. Neben der hohen Professionalität überzeugt mich besonders die persönliche Zuwendung, die ich als Patient bei Ihnen erfahren habe.

Walter Matthias, 68 Jahre, Kassel

Geben auch Sie uns die Möglichkeit, Ihre Schmerzen zu lösen!

Tel.: 0561 56160

Zögern Sie nicht!

**Vereinbaren Sie gleich einen Termin!
Wir freuen uns!**

**Besuchen Sie uns auch im Internet:
www.kompetenzzentrum-ks.de**

So erreichen Sie uns

Kompetenzzentrum FOI® • Physio-Praxis!
Osterholzstr. 6 • 34123 Kassel
Telefon: 0561 56160

- Erdgeschoss, behindertengerechter Zugang
- Parkplätze am Haus
- sehr gute Erreichbarkeit mit öffentlichen Nahverkehrsmitteln
- Haltestelle „Leipziger Platz“ in unmittelbarer Nähe



Kompetenzzentrum FOI® • Im Atrium
Wilhelmshöher Allee 262 • 34131 Kassel
Telefon: 0561 56160

- 3. Etage, in den Räumlichkeiten des INJOY Lady
- behindertengerechter Zugang, Fahrstuhl
- ausreichend Parkplätze in der Tiefgarage
- sehr gute Erreichbarkeit mit öffentlichen Nahverkehrsmitteln und Fernzügen
- Haltestelle „Bahnhof Wilhelmshöhe“ direkt vor der Tür



Ihr Spezialist für
Rücken und Gelenke seit 1996

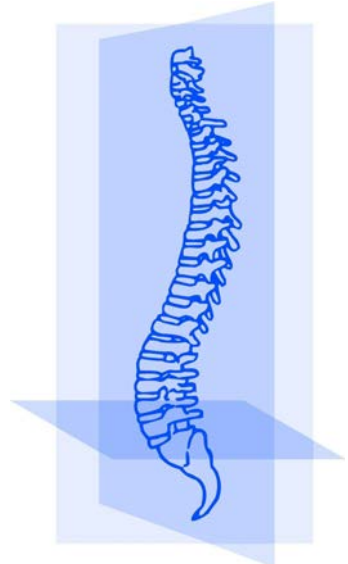


**Physio-Praxis!
Bernd Lester**

KOMPETENZZENTRUM
Funktionelle Osteopathie
& Integration®

Die Funktionelle Osteopathie und Integration (FOI®)

Was ist das?



Zertifiziertes Mitglied im
Verband Freier Osteopathen



Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

im Kompetenzzentrum werden Sie nach der Behandlungsmethode der **Funktionellen Osteopathie und Integration® (FOI®)** behandelt. Hierbei handelt es sich um einen **eigenständigen Bereich innerhalb der Osteopathie**, der die Methoden der Osteopathie mit den Kompetenzen der Physiotherapie verbindet.

Was ist FOI®?

Die **FOI®** basiert darauf, dass alle Gelenke im Körper miteinander in Verbindung stehen und dass es sich daher auch auf alle anderen Gelenke auswirkt, wenn eines nicht optimal funktioniert.

Entwickelt sich an einer Stelle ein Schmerz, so ist die Ursache dafür - der 'Schalter' - immer in einer anderen Körperregion zu suchen. Sehr häufig sitzt dieser Schalter weit entfernt von der schmerzhaften Region. Zudem hat man es in vielen Fällen mit mehreren Schaltern zu tun, die wiederum miteinander in Verbindung stehen.

Auf der Suche nach dem 'Schalter', der den Schmerz ausschaltet, muss das ganze System untersucht und behandelt werden. Nur so lässt sich ein nachhaltiges Ergebnis erzielen!

Das Scheitern zahlreicher anderer Therapien beruht darauf, dass sie ausschließlich lokal an der schmerzhaften Stelle ansetzen!

Was passiert bei der FOI®-Therapie?

Zunächst erfragen wir umfassend Ihr Beschwerdebild. Häufig liefern bereits länger zurückliegende Ereignisse Hinweise darauf, welches System nicht richtig funktioniert.

Zu Beginn der Behandlung untersuchen wir die Wirbelsäule und das Becken, denn die Wirbelsäule ist die Achse, um die sich alles dreht. Daraus ergibt sich ein **Statikbefund**, der als Grundlage für die Behandlungsstrategie dient.

Nachdem die Wirbelsäule wieder gut funktioniert, wird sich der/die Therapeut/In der schmerzhaften Region 'näher'; dabei ist das schmerzhafte Gelenk das letzte Glied in der Kette.

Die **Behandlungstechniken** an sich sind so **sanft, weich und schmerzfrei**, dass kein Schaden am Körper entstehen kann. Durch ruhige 'Schüttelbewegungen' und sanften Druck wird Ihr Skelett wieder in die richtige Position gebracht.

Was erreicht FOI®-Therapie?

Die **FOI®-Therapie** gewährleistet mittels ihres systematischen Aufbaus ein **schnelles und effektives Resultat**.

Durch die Korrektur der einzelnen Knochen zueinander korrigiert der/die Therapeut/In auch die dreidimensionale Beweglichkeit der Gelenke sowie die Muskelspannung. **Alle Beschwerden funktioneller Ursache können mit dieser Therapie beseitigt werden.**

Gleichzeitig können sich **andere Beschwerden wie Schlafstörungen, Schwindel, Magenbeschwerden, Verdauungsprobleme etc.** verbessern.

Sogar Krankheiten wie **Arthrose und Bandscheibenvorfall** sind mittels **FOI®** positiv zu beeinflussen.

Wie reagiert Ihr Körper auf die FOI®-Therapie?

Eventuell werden Sie nach der ersten Behandlung noch keine deutliche Verbesserung, möglicherweise sogar eine Verschlimmerung des Schmerzes spüren. Möglich ist auch ein 'Muskelkatergefühl', das 1-2 Tage andauert.

Das heißt aber nicht, dass die Behandlung nicht geholfen hat – ganz im Gegenteil: dies ist eine wünschenswerte Reaktion. Ihr Körper benötigt eine Weile, bis er die veränderte Statik und Funktion optimal stabilisieren kann.

Wie können Sie selber die Behandlung unterstützen?

Am **Tag der Behandlung** sollten Sie **wenn möglich keine Schmerzmittel** einnehmen, denn ein vermindertes Schmerzempfinden verfälscht die Untersuchungsergebnisse.

Bitte kommen Sie in lockerer Kleidung und **bequemen Schuhen ohne Absätze** zu Ihrem Behandlungstermin und planen **im Anschluss** eine Viertelstunde für einen **Spaziergang direkt vor Ort** ein. Ihr Körper bekommt so die Gelegenheit, sich auf die funktionellen Korrekturen einzustellen.

Die **ersten 2 Tage nach der Behandlung** sollten Sie **weder belastende Sportarten noch andere körperlich belastende Tätigkeiten ausführen**.

Während der gesamten Behandlungsreihe sollten Sie auf sehr stark belastende Aktivitäten verzichten. Regelmäßige Spaziergänge hingegen sind sehr förderlich.

Eine **gezielte individuelle Funktionelle Trainingstherapie** wirkt zudem **sehr unterstützend**.

FOI®-Team im Kompetenzzentrum

Wir sind das erste Kompetenzzentrum für FOI® in Hessen!

Neben **Herrn Lester** sind auch **Frau Steffen** und **Herr Nguyen** bestens in den Techniken der **FOI®** ausgebildet.

Herr Lester ist darüber hinaus als Dozent am Fortbildungsinstitut für **FOI®** tätig und somit aktiv im Informationsfluss über aktuellste Techniken und Methoden involviert.

Zertifiziertes Mitglied im Verband Freier Osteopathen



Das Kompetenzzentrum ist zertifiziertes Mitglied im **Verband Freier Osteopathen**. Dies spiegelt unseren hohen Qualitätsstandard wider und ermöglicht Ihnen zudem eine Bezuschussung seitens Ihrer zuständigen Krankenkasse.

Wie erfolgt die Abrechnung der FOI®-Therapie?

Die **FOI®-Therapie** ist eine Privatleistung, deren Honorar direkt im Anschluss an jede Therapiesitzung fällig ist.

Zahlreiche gesetzliche Krankenkassen bezuschussen die Therapie mit bis zu 80% der Behandlungskosten. Hierfür benötigen Sie eine ärztliche Empfehlung. Nach jeder Behandlung erhalten Sie eine Quittung, die Sie zusammen mit der ärztlichen Empfehlung bei Ihrer Kasse einreichen.



Bernd Lester, Praxisinhaber

Dozent am Fortbildungsinstitut für FOI®