

5 Phasen Plus - Wirbelsäulen Konzept

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass der Aufbau von verletzter Gewebestruktur 300-500 Tage dauert. Verbesserung der Bewegungsfunktion über koordinatives Umlernen benötigt ebenso einige Zeit. Diese Erkenntnisse berücksichtigend, hat das tcr ein **Wirbelsäulen-Konzept** entwickelt, welches über eine längere und langsamere Vorgehensweise Ihre Gesundheit nachhaltig steigert.

Dazu haben wir 5 Phasen **PLUS** für Sie konzipiert:



Das **therapie centrum Rosenheim** Erfahrung im Umgang mit

Rückenschmerzen, Skoliosen, Bandscheibenvorfällen und anderen degenerativen Veränderungen der Wirbelsäule und Extremitätengelenke. Wir stehen im engen Austausch mit Orthopäden und bilden uns ständig weiter.

hat langjährige funktionalen

Die Erfahrung zeigt, dass unsere Patienten mit **Manueller Therapie** und **Physiotherapie** gute Erfolge in der akuten Therapiephase machen (3-6 Wochen) aber danach ohne weiterführendes Betreuungskonzept eine hohe Rezidivrate (Wiederauftreten der Beschwerden) aufweisen. Das liegt zum Einen daran, dass falsche Bewegungsgewohnheiten erst einmal umgelernt werden müssen. Dies erfordert erfahrungsgemäß eine längere Zeit - Automatismen der Bewegung müssen verändert und eine **bewusstere Handlungsweise** im Alltag erlernt werden. Der zweite Aspekt, der die Gesundheit bestimmt, ist die Anpassungszeit (Heilphase) von geschädigtem Gewebe. Traumatisierte Strukturen (Muskeln, Bänder, Nerven- und Bindegewebe) werden wieder umgebaut und belastbar. Sie verbessern Ihre **Bewegungsqualität** und wirken gleichzeitig positiv auf Ihren Körper ein. Während der 5 Phasen können Sie, individuell wählbar, mit den **Plus** Elementen (**Propriozeptiven Einlagen „Fuß & Statik“**, der **physiotherapeutischen Laufschiule „perfect runner“** und der **„10er MTT“ der Medizinischen Trainingstherapie**) einen großen Schritt in Richtung **dauerhafter Gesundheit** machen!

Das **tcr Team** freut sich auf die gemeinsame Zeit!