



INDIVIDUELL - WIRKUNGSVOLL - ZIELORIENTIERT

## Physiotherapeutische Behandlungskonzepte

1. Physiotherapie
2. PNF - Physiotherapie auf neurophysiologischer Basis
3. Manuelle Therapie

Nutzen Sie spezifische Behandlungskonzepte, bei akuten und chronischen Beschwerden, z.B. nach einem Unfall, Sportverletzung, Operation zur Rehabilitation und in der Prävention.

### 1. Physiotherapie

Die Physiotherapie ist eine vorwiegend aktive Behandlungsform mit Fachpersonen für Ihre Fragen zu **Bewegung, Schmerz und Mobilität/Beweglichkeit**.

Die Physiotherapeutin geht Ihren Beschwerden auf den Grund, erkennt, versteht und erklärt die entsprechenden Zusammenhänge. Die Physiotherapeutin nimmt sich Zeit und erarbeitet mit Ihnen individuelle Lösungen.

Die Physiotherapie befasst sich damit, bei **akuten oder chronischen** Zuständen innerhalb der Prävention und Gesundheitsförderung, Kuration (Behandlung/Heilung), Rehabilitation und Palliation (Linderung) das Bewegungspotenzial des Menschen zu identifizieren, zu maximieren und bestehende Schmerzen zu therapieren.

### Konzept

Basis jeder Behandlung bildet die physiotherapeutische Anamnese und Befundaufnahme. Im Anschluss wird das Therapieziel festgelegt und ein Therapieplan erstellt. Das Therapieresultat wird laufend überprüft und die Behandlung entsprechend dem Verlauf neu angepasst.

Sie werden über ihre Situation informiert, so dass Sie Ihre Beschwerden und deren Ursache verstehen. Das therapeutische Vorgehen wird mit Ihnen besprochen, damit Sie aktiv daran teilnehmen können.

Die Physiotherapie, mit ihrer fachlichen Kompetenz, möchte spezifisch und zielorientiert mit Ihnen zusammenarbeiten, um für Sie eine optimale Heilung, Verbesserung oder Linderung zu erreichen.

### Tätigkeitsfelder

Die Tätigkeitsfelder umfassen die Innere Medizin, Herz-Kreislaufkrankungen, Lymphologie, z.B. Ödeme, Rheumatologie, Orthopädie, Traumatologie, Chirurgie, Neurologie, Gynäkologie, Pädiatrie, Beckenboden-Rehabilitation, Psychiatrie, Geriatrie, Hausbesuche, im Sportbereich, Rehabilitation und Prävention.

Die Physiotherapie richtet sich an verunfallte PatientInnen und Menschen mit akuten oder chronischen Erkrankungen, Menschen mit Behinderungen sowie an Gesunde.

**Ihrer Gesundheit zuliebe:  
Denken Sie an präventive resp.  
vorbeugende Massnahmen.**

*... für mehr Lebensqualität*

## Therapieformen

Massnahmen der Behandlung, Beratung und Instruktion, Einzel- und Gruppentherapie:

- Atemtherapie/Entspannungstherapie
  - Beckenboden Physiotherapie
  - Bewegungstherapie, auch im Wasser
  - Herz-Kreislauf-Therapie
  - Lymphologische Physiotherapie
  - Manuelle Therapie
  - Klassische Massagetherapie (KMT)
  - Sportphysiotherapie
  - Medizinische Trainingstherapie (MTT)
  - Triggerpunktbehandlung
  - Neurologische Physiotherapie (PNF/Bobath/Vojta)
  - Physiotherapie auf dem Pferd (Hippotherapie)
  - Vestibuläres Training/Sturzprävention
- Physikalische Massnahmen:
- Elektrotherapie, Hydrotherapie,
  - Muskel- und Bindegewebsmassage
  - Wärme-, Kältetherapie, Ultraschalltherapie ...

## Über mich

Mein Name ist Andrea Schaugg. Ich bin 1958 in Tettngang geboren und in Kressbronn aufgewachsen. Nach der Schulausbildung und dem Abschluss zur Arzthelferin folgten einige Auslandsaufenthalte.

Im Jahre 1992 absolvierte ich mein Staatsexamen zur Physiotherapeutin in Berlin. Im Anschluss folgte eine vierjährige Ausbildung in chinesischer Medizin, Tuina Therapie, Moxa/Wärmepunktur und Medizinischem Qigong bei Frau Li Qi Duan in Berlin, 1991-1995.

Seit 1994 praktiziere ich Zenkörpertherapie und Triggerpunkttherapie nach Simon/Travell. Seit 2000 Manuelle Therapie und seit 2002 Manuelle Lymphdrainage. Danach folgten Ausbildungen in Akupunkturmassage APM/ESB/ORK nach Radloff und AMM & TCM Therapie.

## Kontakt

### Andrea Schaugg



Therapeutin für  
Physiotherapie und Chinesische Medizin TCM

D-78315 Radolfzell

Telefon: 0 175 80 98 057

E-Mail: [kontakt@schaugg.eu](mailto:kontakt@schaugg.eu)

Web: [www.schaugg.eu](http://www.schaugg.eu)

## 2. PNF

Propriozeptive Neuromuskuläre  
Fazilitation

Diese spezielle Behandlungsform erleichtert durch angepasste Handlungsgriffe und taktile Reize Ihren Bewegungsablauf und verbessert Ihre Beweglichkeit. Die Effektivität einer physiotherapeutischen Behandlung kann dadurch gesteigert werden.

Im Sportbereich wird PNF zusätzlich zur Verbesserung der Beweglichkeit bei Funktionsstörungen und für ein funktionelles Muskelaufbautraining eingesetzt.

### Anwendungsbeispiele

- Neurophysiologische Erkrankungen des zentralen Nervensystems, z.B. nach einem Schlaganfall
- Orthopädische Erkrankungen, z.B. nach einer Sportverletzung oder einem Unfall, zur Rehabilitation ...

## Was Sie erwartet

Neben klassischer Physiotherapie, Manueller Therapie, Lymphdrainage und Triggerpunktbehandlung liegt mein Arbeitsschwerpunkt in der AMM & TCM Therapie und Akupunkturmassage nach Radloff mit östlichen Energielehren und westlichen, manualtherapeutischen Techniken.

Im Vorfeld werden Sie von mir befragt, um die meist komplexen Zusammenhänge umfassend zu berücksichtigen. Zur Befunderhebung nutze ich oft das Ohr, welches genaue Rückschlüsse auf Ihren aktuellen energetischen Gesundheitszustand liefern kann. Gemeinsam wählen wir die für Sie wirkungsvollste Behandlungsmethode.

*„Jede Veränderung ist eine gute Veränderung.“*

## 3. Manuelle Therapie

Die Manuelle Therapie oder Manualtherapie ist eine Fachrichtung innerhalb der Physiotherapie. Sie besteht aus der Untersuchung und Behandlung der Wirbelsäule, der Gelenke und den Weichteilen, wie Muskeln und Bänder.

Bei Schmerzen, Verspannungen, Steifheitsgefühlen und/oder eingeschränkter Beweglichkeit werden Techniken zur Mobilisation der Gelenke, Wirbelsäule und der Muskulatur eingesetzt.

Der Therapeut arbeitet mit schmerzfreien und **gelenknahen Techniken**, um Gelenkblockaden zu lösen und die Beweglichkeit zu verbessern, mit **Funktionsmassagen**, mit **funktionellem Muskelaufbautraining** und Medizinischer Trainingstherapie (MTT), zur Steigerung von Ausdauer und Koordination und mit Gangschulung. Die Manuelle Therapie richtet sich an Menschen jeden Alters.

Nach einer Behandlung sollten Sie sich Zeit nehmen und nachruhen sowie körperlich anstrengende Arbeit für einige Stunden meiden.

Die Methoden der chinesischen Medizin nutzen die körpereigenen Systeme (Aktivierung der Selbstheilung/Innerer Arzt) und blockieren selbst keine Krankheitsprozesse. Das was uns krank macht wird nicht direkt eliminiert, ohne dabei die Ursache zu berücksichtigen; wie z.B. eine Schmerztablette den Schmerz wegnimmt.

*„Ohne Gesundheit können sich Wissen und Kunst nicht entfalten, vermag Stärke nichts auszurichten, und Reichtum und Intelligenz liegen brach.“*

Herophilos (um 335 v. Chr.)

## Weitere Therapieangebote

Manuelle Therapie ~ Manuelle Lymphdrainage ~ Triggerpunktbehandlung  
Krankengymnastik nach PNF ~ Tuina Therapie ~ Moxa/Wärme ~ Qigong  
Akupunktur Massage nach Radloff ~ Wirbelsäulen-Gelenk-Behandlung



*„Der einzig wirklich wichtige Therapeut ist der Mensch selbst.“*