

## TP: myofasciale Triggerpunkt- und Bindegewebetherapie

Eine seriöse Triggerpunkttherapie verblüfft immer wieder durch die schnellen Resultate. Sie eignet sich zur Behandlung des akuten und chronischen myofascialen Schmerzsyndromes, aber auch zur Behebung von Störungen im physiologischen Bewegungsablauf und der Statik und bei Gelenksproblemen. Das Therapieren der muskulären Dysbalance bringt Linderung bis hin zu Beschwerdefreiheit.

### Kursinhalt

- Beschwerden und muskuläre Zusammenhänge
- Fallbeispiele: konservative und operative Beschwerden bei Diskushernie, Coxarthrose, Hallux valgus u.v.m.
- Erörtern von Ursachen, Befundaufnahme und Behandlung anhand von Beispielen aus der Praxis
- Deaktivierung der richtigen Triggerpunkte und lösen vom Bindegewebe (v. a. der Fascien)
- Effizienz der eingesetzten Techniken

### Kursziel

- Die Teilnehmenden
- erkennen mittels Tests, welche Muskeln und Triggerpunkte zu behandeln sind
  - führen eine Behandlung durch
  - erstellen selbständig ein zielorientiertes Therapiekonzept
  - überprüfen immer wieder die Qualität ihres Therapiekonzeptes
  - instruieren Selbstbehandlungen
  - besprechen mit den PatientInnen perpetuierende Reize im Alltag
  - erkennen Möglichkeiten und Grenzen dieser Technik

### Dozentin

Britta Gimmi, TP-Instruktorin  
nach Dr. B. Dejung, Med. Masseurin,  
Hatha-Yogalehrerin

### Kursinfo

Theorie & Praxis  
21 Kursstunden pro Kurs  
max. 16 Teilnehmer

### Voraussetzung

Med. MasseurIn,  
vorab besuchter Grundkurs

- 🏠 **GK:** Fr – So, 09. – 11. April 2021
- 🏠 **ABK:** Fr – So, 13. – 15. August 2021
- 🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr
- 👤 vdms-asmm-Mitglieder CHF 570.00
- 👤 Nichtmitglieder CHF 765.00
- 👕 Bequeme Kleidung
- ! Mitbringen: Schreibmaterial
- 📅 Anmeldung: 4 Wochen vor Kursbeginn

### Grundkurs | 09. – 11. April 2021

#### Muskulatur des Schultergürtels und der Oberarme

Das ganze theoretische Grundwissen wird erarbeitet. Jeder Muskel wird einzeln auf seine Spezialitäten besprochen. Die entsprechenden Tests und Behandlungen werden praktisch geübt und es werden die jeweiligen Hausaufgaben erlernt.

Es werden verschiedene Beschwerdebilder besprochen, z. B. TOKS, muskulärer Zusammenhang mit Herzbeschwerden, Impingement, PHS etc.

### Aufbaukurs | 13. – 15. August 2021

#### Muskulatur Hals, unterer Rumpf und Bauch

Die typischen Beschwerdebilder und Spezialitäten werden pro Muskel besprochen. Geübt werden für jeden Muskel die entsprechenden Tests, Behandlung und Selbstbehandlung. Verschiedene Beschwerdebilder, mit muskulärerer Ursache, werden besprochen, z. B. Gesichts-, Zahn-, Kopfschmerzen, Hör- und Sehbeeinträchtigungen, Schwindel, Torti collis u. v. m.

