

Funktionelle Orthonomie und Integration (FOI®)

Die FOI® eignet sich bei akuten und chronischen Schmerzen an der Wirbelsäule und den Gelenken. Es ist ein ganzheitliches, schonendes Behandlungskonzept der manuellen Therapie, welches eine schmerzfreie Alternative zu anderen Behandlungsformen bietet.

Bei der FOI® geht man davon aus, dass alle Gelenke im Körper in Verbindung stehen. Der Körper reagiert auf ein Problem oder Trauma mit einem Kompensationsverhalten, das sich auf den gesamten Bewegungsapparat ausdehnen kann und nach relativ festgelegten Mustern abläuft. Dies bedeutet, dass ein nicht optimal funktionierendes Gelenk Einfluss auf alle anderen Gelenke hat. Die Ursache für den Schmerz kann demnach auch in einem entfernten Körperbereich liegen. So kann zum Beispiel ein Tennisellbogen entstehen, wenn das Knie nicht richtig funktioniert.

Mit der FOI® korrigieren wir 3 Dinge:

- Die Stellung der einzelnen Knochen zueinander
- Die dreidimensionale Beweglichkeit der Gelenke
- Die Muskelspannung

Reaktionen auf die Therapie können sein:

- Muskelkatergefühl
- Müdigkeit
- Kopfschmerzen

Wie Sie die Therapie unterstützen können:

- Unmittelbar nach jeder Behandlung 15 Minuten spazieren gehen
- Belastende Sportarten wie Tennis, Joggen oder Golf während zwei Tagen nicht ausüben
- Schweres Heben, Staubsaugen und andere belastende Tätigkeiten vermeiden
- Genug Trinken
- Walking oder Nordic Walking sind zu empfehlen
- Gezielte Übungen können unterstützend wirken

Nach ca. 4 Behandlungen sollte sich eine Verbesserung einstellen. Sollte dies nicht der Fall sein, werden gemeinsam Alternativen besprochen.

Behandlungsintervall:

- Akute Beschwerden (kürzer als 1 Woche): alle 2-3 Tage
- Chronische Beschwerden (länger als 1 Woche): max. 1x pro Woche

Kosten für 1 Stunde:

CHF 140 über die Zusatzversicherung, CHF 120 für Privatzahlende

Die FOI® wird von den meisten Zusatzversicherungen übernommen. Leider ändern sich die Bestimmungen immer wieder. **Bitte klären Sie bei Ihrer Krankenkasse ab, ob die Kosten für die Therapie übernommen werden.**

Bei Fragen können Sie sich gerne an uns wenden: info@physio5.ch