



# Massgeschneiderte Physiotherapien - ambulant und stationär

**Spital Männedorf**



# Schmerzen lindern - Rehabilitation unterstützen

Physiotherapie wird eingesetzt, wenn die Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des Menschen durch Krankheit, Unfall oder den Alterungsprozess eingeschränkt ist. Die Therapie kann Schmerzen lindern, Funktionsstörungen beheben und die Rehabilitation nachhaltig unterstützen.

Die Physiotherapeutinnen und -therapeuten des Spitals Männedorf sind darauf spezialisiert, Schmerzen zu lindern, Funktionsstörungen zu beheben und die Rehabilitation möglichst frühzeitig zu unterstützen. Zudem verfügt das Physiotherapie-Team über langjährige Erfahrung und umfassendes Know-how in vielen Spezialgebieten. Beispielsweise in der Herz-, Lungen- und Beckenbodenrehabilitation.

Die Physiotherapeutinnen und -therapeuten formulieren Therapieziele gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten und motivieren und instruieren sie zur aktiven, selbstständigen Mitarbeit. Sie klären auch den Bedarf von Hilfsmitteln ab und schulen sie in deren Einsatz.

Das spezifische Fachwissen des Teams erlaubt es, individuell zugeschnittene Therapien zusammenzustellen, damit der Alltag, die Arbeit und die Freizeit so schnell wie möglich wieder in guter Lebensqualität bewältigt werden können. Das Angebot umfasst sowohl Einzel- als auch Gruppentherapien.

Und: eine physiotherapeutische Behandlung kann auch bei Diabetes, Osteoporose, Übergewicht und Gefässerkrankungen hilfreich und lohnenswert sein. Diese Krankheiten können dank der Therapie aufgehalten oder ihr Fortschreiten kann verlangsamt werden. Auch Spätfolgen mit Komplikationen wird damit vorbeugend entgegengewirkt.

## Das Angebot im Überblick

### Einzeltherapie (ambulant/stationär)

- Muskuloskelettale Beschwerden
- Manuelle Therapie (Maitland, Kaltenborn, McKenzie)
- Funktionelle Bewegungstherapie (Klein-Vogelbach)
- Tapeverbände
- Triggerpunkt-Behandlung/Dry Needling
- Muscle Balance
- Pilates
- Sportphysiotherapie
- Medizinische Trainingstherapie
- Behandlung neurologischer Patienten (Bobathkonzept, PNF)
- Beckenbodentherapie (funktionelles Beckenbodentraining, Elektrotherapie, Biofeedback für Frauen und Männer)
- Lymphologische Therapie (manuelle Lymphdrainage, Kompressionsbandage)
- Atemtherapie/autogene Drainage
- Passive Massnahmen (Elektrotherapie, Ultraschall, Wärme- und Kälteapplikationen)
- Zeptor (Vibrationstherapie)

### Ambulante Gruppentherapien

- Herzrehabilitation
- Laufgruppe Bewegung im Alltag
- Beckenbodengruppe
- Seeluft: Pulmonale Rehabilitation
- Männifit: Medizinische Trainingstherapie

Wir unterstützen Sie dabei, den Alltag bei einer möglichst guten Lebensqualität zu bewältigen.

# Kontakt und Informationen

Sei es nach einer Operation, nach einem Unfall oder bei/nach einer Erkrankung, beim Physiotherapie-Team des Spitals Männedorf sind Sie herzlich willkommen. Bitte zögern Sie nicht, sich bei Fragen oder für eine Terminvereinbarung an uns zu wenden.

Wir freuen uns darauf, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.

**Spital Männedorf**  
**Physiotherapie**

Tel. 044 922 23 55

Fax 044 922 23 65

E-Mail [physio@spitalmaennedorf.ch](mailto:physio@spitalmaennedorf.ch)