



## Standort:

Lugner City - Ärztezentrum  
 Gablenzgasse 11/2.OG  
 1150 Wien

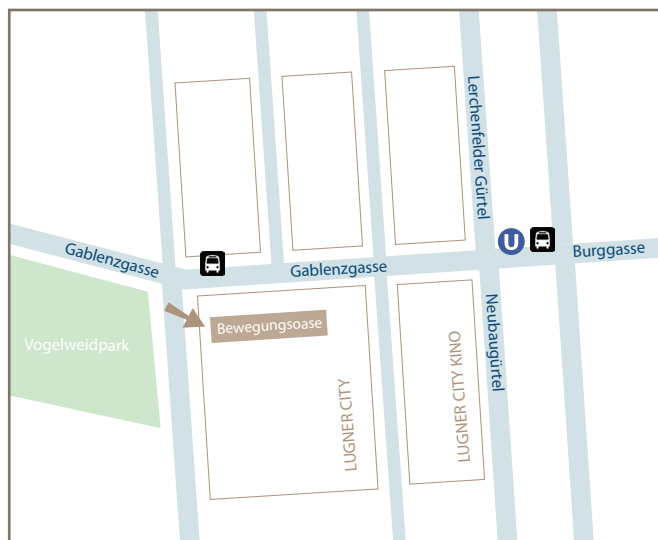
U6-Burggasse/Stadthalle od. 48A/Lugner City  
 6,9,18,49/ Urban-Loritz-Platz  
 2 Std. gratis parken in der Lugner Garage  
 (Einfahrt Gürtel, Moeringgasse)



Die Bewegungsoase bietet Ihnen die Möglichkeit aktiv etwas für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu unternehmen. Dabei unterstützt Sie ein hochqualifiziertes Therapeuten-Team, das eng mit Ärzten und anderen Experten zusammenarbeitet.

### Unser Therapieangebot:

- Atemphysiotherapie
- präv. und therap. Beckenbodenarbeit
- Ergotherapie
- Ernährungsberatung
- Lymphdrainage
- Neuro Rehab (Bobath, PNF)
- Logopädie
- Osteopathie
- Pädiatrie
- Physiotherapie
- Podologische Einlagenversorgung
- Skoliosebehandlung
- Medizinische Trainingstherapie
- Sportphysiotherapie



[www.bewegungsoase.at](http://www.bewegungsoase.at)

## Praxisgemeinschaft für

Physiotherapie  
 Osteopathie  
 Ergotherapie  
 Diätologie

Telefonische Terminvereinbarung  
**+43(0) 1 89 02 297**  
 Barrierefreier Zugang  
 Hausbesuche auf Anfrage

## Physiotherapie

Physiotherapie versucht mit gezielter Bewegung Krankheiten und körperliche Einschränkungen zu vermeiden und zu therapieren, bzw. zu rehabilitieren.

### Wann hilft Physiotherapie?:

#### Wirbelsäulenbeschwerden

(z.B.: Rückenschmerzen, Verspannungen, Skoliose, Gleitwirbel, Bandscheibenproblematik, Hexenschuss, Fehlhaltungen jeder Art)

#### Gelenksbeschwerden

(z.B.: Rheumatische Erkrankungen, Tennisellbogen, Abnützungerscheinungen der Gelenke)

#### Nach Operationen od. Verletzungen

(z.B.: Nach Arbeits- Freizeit- und Sportunfällen, Knochen- und Knorpelverletzungen, Kapsel- und Bandverletzungen, Muskel-, Sehnen- und Nervenverletzungen)

#### Prävention

(z.B.: Erhaltung der Beweglichkeit bis ins hohe Alter, Muskeldehnung für Hobbysportler, Entspannungstechniken)

#### Neurologische Erkrankungen

(z.B.: Schlaganfall, Multiple Sklerose, Morbus Parkinson)

#### Bei Schwächen d. Beckenbodens

(z.B.: Harn- und Stuhlinkontinenz, Senkungsbeschwerden, vor u. nach d. Geburt, sexuelle Probleme)

## Osteopathie

Osteopathie verfolgt dieselben Ziele wie die Schulmedizin, legt jedoch einen größeren Schwerpunkt auf das Zusammenspiel zwischen Organen, Muskeln und Körperflüssigkeiten. Sie versucht die beschwerdeverursachende Struktur und nicht bloß die Beschwerden selbst zu behandeln.

## Wann hilft Osteopathie?:

### Hals-Nasen-Ohren und Kieferorthopädie:

(z.B.: Schwindel, Tinnitus, Nasennebenhöhlen- und Mittelohrentzündung, Kiefergelenksprobleme, Zähneknirschen-„Bruxismus“)

### Kinderheilkunde:

(z.B.: Geburtstrauma, Skoliose, Hüftgelenksdysplasie, Verdauungsstörung)

### Internistischer Bereich:

(z.B.: Verdauungsstörungen, Sodbrennen, Gastritis)

### Problematiken des Bewegungsapparates:

(z.B.: „Hexenschuss“, Bandscheibenvorfall, Schleudertrauma, Arthrose, Schulterschmerzen)

### Sonstige Beschwerden:

(z.B.: Menstruationsbeschwerden, Hauterkrankungen, Lungenerkrankungen, Nierenprobleme)

## Ergotherapie

Ziel der Ergotherapie ist die (Wieder-) Erlangung einer größtmöglichen Selbstständigkeit in Alltag, Freizeit und/oder Beruf durch ein auf den Patienten abgestimmtes Training und/oder individuelle Beratung (u.a. Training v. Alltags-handlungen, Fein- und Grobmotorik, Kognition)

### Schwerpunktmäßig wird Ergotherapie in folgenden Bereichen angeboten:

- Neurologie (u.a. bei Schlaganfall, Schädel-Hirn-Trauma, Multiple Sklerose, Tumoren des ZNS,...)
- Geriatrie (u.a. bei Demenz, Morbus Parkinson, Rheumatische Erkrankungen...)
- Handchirurgie (u.a. nach Operationen, Brüchen, Sehnenverletzungen, ...)
- Arbeitsmedizin (u.a. ergonomische Beratungen, Arbeitsplatzgestaltung)

## Podologie

Podotherapie stellt ein alternatives Einlagen-Konzept zu den herkömmlichen orthopädischen Einlagen dar. Mithilfe der Podologie können Fehlstellungen, Beinlängenunterschiede und dadurch entstehende Fehlhaltungen über den Fuß ausgeglichen werden.

Basierend auf einer Statik-, Gang- und Fußabdruckanalyse werden individuell für Sie Einlagen angefertigt. Anders als bei orthopädischen Einlagen wird der Fuß nicht passiv gestützt, sondern die Fußmuskulatur wird durch kleine Reize an der Fußsohle stimuliert und die richtige Statik wiederhergestellt. Ziel ist es nach einem gewissen Zeitraum ohne Einlagen auszukommen.

## Diätologie

Unter dem Motto „Nahrung ist die erste Medizin“ hilft Ihnen eine Diätologin mithilfe von ernährungstherapeutischen Maßnahmen viele Erkrankungen zu therapieren und damit verbundene Beschwerden zu lindern.

### Wann kann eine Ernährungsberatung oder -therapie helfen?

- Metabolisches Syndrom (z.B. Übergewicht, Diabetes mellitus, erhöhte Blutfettwerte, ...)
- Vor und nach adipositaschirurgischen Eingriffen zur Gewichtsabnahme (z.B. Magenband, Schlauchmagen, Magenbypass, ...)
- Onkologische Erkrankungen (z.B. ungewollter Gewichtsverlust, Mangelernährung, chemotherapieassoziierte Beschwerden bei der Nahrungsaufnahme, ...)
- Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts (z.B. Gastritis, Bauchspeicheldrüsenunterfunktion, Lebererkrankungen,...)
- Nach Operationen am Magen-Darm-Trakt
- Allergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Rheumatische Erkrankungen und Osteoporose
- Unerfüllter Kinderwunsch