

Schwindel-Therapie

Alles dreht sich um den Schwindel

Schwindel kennt wohl jeder und sei es nur nach einer wilden Karussellfahrt. Dass aber gut ein Drittel der Menschen im Laufe ihres Lebens an Schwindelgefühlen oder Gleichgewichtsstörungen leiden und Schwindel zu einer Art Volksleiden zählt, ist nur den wenigsten bekannt.

Schwindel an sich ist keine Krankheit sondern ein Symptom, welchem als Ursache die verschiedensten Krankheitsbilder zugrunde liegen können.

Entsprechend schwer fällt dann häufig die Diagnosefindung und Patienten laufen nicht selten jahrelang von einem Arzt zum anderen. Es entstehen Frustration, das Gefühl mit seiner Krankheit allein gelassen worden zu sein, das Gefühl nicht ernst genommen worden zu sein und ein enormer Leidensdruck. Häufige Folgen andauernder Schwindelbeschwerden sind Stürze, Verlust des Vertrauens in den eigenen Körper, muskuläre, koordinative und kognitive Defizite, Scham („Die Nachbarn denken, ich bin morgens schon betrunken!“), Angst und insgesamt ein sozialer und/oder beruflicher Rückzug.

Diese Schwindel-Therapie bietet einen aktiven Beitrag zur Eigeninitiative

Trainingsziel

- Vernetzung und Förderung relevanter Systeme im Körper
- Nachhaltige Verbesserung der kognitiven Fähigkeiten, Kraft, Koordination, Aufnahmefähigkeit, Reaktion, Gleichgewicht, Raumwahrnehmung, Orientierung, Sehkraft
- Eigenverantwortung zur Selbsthilfe fördern
- Erlernen, Wiederholen und Vertiefen des Übungsrepertoires zur täglichen Ausführung
- Sicherheit und Selbstvertrauen stärken
- Erhaltung und Steigerung Ihrer Lebensqualität

Sie erhalten mit dieser Schwindeltherapie ein schriftliches Selbsthilfeprogramm, mit genauen Übungsbeschreibungen, damit Sie zu Ihrem höchsten Wohl einen aktiven Beitrag leisten können.

Die Schwindel-Therapie lohnt sich – auch für Ihre Gesamtkonstitution, es ist nie zu spät!

Nächste Schwindel-Therapie vom 22. Oktober bis 10. Dezember 2019

(wöchentlich, jeweils dienstags)

Zeit: 9.30 Uhr bis 11.00 Uhr

Ort: Embrach, Hardareal

Krankenkassen anerkannt (bei Zusatzversicherung)