

Brügger Konzept

Dieses physiotherapeutische Konzept basiert auf empirischen Erkenntnissen von Dr. med. Alois Brügger (1920–2001), der die Krankheiten des Bewegungs- und Nervensystems erforschte. Seine Lehre wird inzwischen durch zahlreiche, vor allem australische Studien bestätigt. Nach Dr. Brügger gehen die meisten Erkrankungen des Bewegungssystems primär nicht auf strukturelle Veränderungen zurück, sondern auf zentralnervös organisierte Schutzmechanismen des Gehirns. Dies erklärt, warum Schmerzort und Schmerzursache meist nicht identisch sind.

Dr. Brügger sah in der Fehlbelastung durch die krumme Körperhaltung und in den monotonen Alltagsbewegungen die Hauptursachen für die Entstehung von schmerzhaften Funktionsstörungen des Organismus, den sogenannten Funktionskrankheiten. Werden diese funktionellen Störungen frühzeitig und nachhaltig beseitigt, kann der Entwicklung von Strukturveränderungen entgegengewirkt werden.

Die individuelle und alltagsnahe Vermittlung dieser Erkenntnisse hilft den Patienten, Eigenverantwortung für ihr aktives Beschwerde-(Schmerz-)Management zu übernehmen. Sie werden somit befähigt, weitere Schädigungen sowie Chronifizierungen möglichst zu vermeiden.

Fazit

Das Brügger-Konzept bietet individuelle, effiziente und nachhaltige Lösungsansätze.

Brügger Physiotherapie

Funktionsanalyse

- Eine umfassende funktionelle Analyse der Alltagsbelastungen und Körperhaltungen unter Einbezug der Anamnese
- zur Ermittlung der Entstehung von Schmerzmechanismen und Funktionsstörungen
- mit kausalem Behandlungsaufbau
- und dem Ziel, die Störquellen (Schmerzursachen) zu beseitigen.

Behandlung der Funktionskrankheiten

- Klassische Physiotherapie und spezifische Brügger-Techniken zur Wiedererlangung der physiologischen Muskel- und Gelenkaktivitäten und deren Stabilisation durch Umsetzung der dynamischen aufrechten Körperhaltung und Bewegung im Alltag
- Thera-Band-Übungen, funktionelle Tapes und schmerzreduzierende Massnahmen durch Entspannung und Körperwahrnehmung sowie mittels spezifischer Lagerung und Wärme als zentrale und effiziente Bestandteile der Eigentherapie
- Training unter ergonomischen Gesichtspunkten zur Förderung der Belastbarkeit in Alltag, Beruf und Sport
- Förderung der Eigenkompetenz durch individuelle Schulung und Beratung

Brügger Konzept

Dieses physiotherapeutische Konzept basiert auf empirischen Erkenntnissen von Dr. med. Alois Brügger (1920–2001), der die Krankheiten des Bewegungs- und Nervensystems erforschte. Seine Lehre wird inzwischen durch zahlreiche, vor allem australische Studien bestätigt. Nach Dr. Brügger gehen die meisten Erkrankungen des Bewegungssystems primär nicht auf strukturelle Veränderungen zurück, sondern auf zentralnervös organisierte Schutzmechanismen des Gehirns. Dies erklärt, warum Schmerzort und Schmerzursache meist nicht identisch sind.

Dr. Brügger sah in der Fehlbelastung durch die krumme Körperhaltung und in den monotonen Alltagsbewegungen die Hauptursachen für die Entstehung von schmerzhaften Funktionsstörungen des Organismus, den sogenannten Funktionskrankheiten. Werden diese funktionellen Störungen frühzeitig und nachhaltig beseitigt, kann der Entwicklung von Strukturveränderungen entgegengewirkt werden.

Die individuelle und alltagsnahe Vermittlung dieser Erkenntnisse hilft den Patienten, Eigenverantwortung für ihr aktives Beschwerde-(Schmerz-)Management zu übernehmen. Sie werden somit befähigt, weitere Schädigungen sowie Chronifizierungen möglichst zu vermeiden.

Fazit

Das Brügger-Konzept bietet individuelle, effiziente und nachhaltige Lösungsansätze.

Brügger Physiotherapie

Funktionsanalyse

- Eine umfassende funktionelle Analyse der Alltagsbelastungen und Körperhaltungen unter Einbezug der Anamnese
- zur Ermittlung der Entstehung von Schmerzmechanismen und Funktionsstörungen
- mit kausalem Behandlungsaufbau
- und dem Ziel, die Störquellen (Schmerzursachen) zu beseitigen.

Behandlung der Funktionskrankheiten

- Klassische Physiotherapie und spezifische Brügger-Techniken zur Wiedererlangung der physiologischen Muskel- und Gelenkaktivitäten und deren Stabilisation durch Umsetzung der dynamischen aufrechten Körperhaltung und Bewegung im Alltag
- Thera-Band-Übungen, funktionelle Tapes und schmerzreduzierende Massnahmen durch Entspannung und Körperwahrnehmung sowie mittels spezifischer Lagerung und Wärme als zentrale und effiziente Bestandteile der Eigentherapie
- Training unter ergonomischen Gesichtspunkten zur Förderung der Belastbarkeit in Alltag, Beruf und Sport
- Förderung der Eigenkompetenz durch individuelle Schulung und Beratung