

- Erhalt des Bewegungsausmaßes
- Erweiterung der Beweglichkeit
- Zunahme des Muskelumfangs
- Förderung der physischen Belastbarkeit
- Verbesserung der Koordination
- Verhindern von Muskel- und

-6-

Sehnenatrophien,
sowie
Gelenkkontrakturen

Je nach Therapieziel,
das erreicht werden
soll, wird mit
entsprechenden
Übungen die:

REIZSTÄRKE (z. B. mit
Gewichten, sowie unter
Aufhebung der Schwerkraft

-7-

z. B. Helparm)

REIZDAUER
(Einwirkungszeit des
Reizes)

REIZUMFANG (Anzahl der
Wiederholungen)

REIZDICHTHE (Pause;
Intervalle)

www.minibooks.ch

Mobilisation

geschrieben von
Sina, Elina, Anja, Katja und Lexi

Bewegungen ohne
Unterstützung des
Therapeuten
durchführt
Ziele des
Muskefunktionstrainin
• Patient kann sich
möglichst
selbstständig
bewegen
• Steigerung der Kraft
• Erhöhung der
Ausdauer

-5-

• Ziel ist es, dass sich
der Patient soweit wie
möglich selbst bewegt
und nur der restliche
Weg vom
Therapeuten
unterstützt werden
muss.
Aktiv:
Bedeutet, dass der
Patient alle

-4-

Muskeln und Sehnen
• Bewegungsfreiheit
Assistiv:
• bedeutet, dass der
Therapeut nur bei
Bewegungen
unterstützt, die der
Patient nicht
selbstständig
durchführen kann

-3-

Mobilisation Passiv
und Aktiv
Passiv:
Bedeutet, dass alle
Bewegungen vom
Therapeuten
durchgeführt werden
• Erhalt des
Bewegungsausmaßes
von Gelenken
• Dehnung von

-2-