

Videotherapie

Ihr Physiotherapeut im Wohnzimmer

Ab sofort ist Videotherapie auf Rezept möglich!

Was für Technik ist nötig?

Sie brauchen nur ein Endgerät mit Kamera und Mikrofon. Das kann ein Smartphone, ein Tablet, ein Laptop oder ein Computer sein. Das war es dann auch schon.

Vor dem ersten Termin erhalten Sie eine Einverständniserklärung per E-Mail, welche Sie unterschreiben müssen.

Wie ist der Ablauf, bis wir uns sehen und hören können?

Der Ablauf ist simpel. Sie erhalten per E-Mail oder WhatsApp einen Link, auf den Sie zum vereinbarten Termin drücken, lassen die Verwendung von Mikrofon und Kamera zu, indem Sie auf „zulassen“ drücken“ und schon sind Sie im virtuellen Wartezimmer. Hier warten Sie einfach, bis sich Ihr Physiotherapeut oder Ihre Physiotherapeutin meldet. Ab dann kann es losgehen.

Wie muss man sich solch eine Behandlung vorstellen?

Sie erzählen uns in aller Ruhe, was für körperliche Probleme Sie haben. Wir werden dann mit Ihnen gemeinsam verschiedene Bewegungstests durchführen und analysieren dabei, wo das Problem liegt. Wir entwickeln gemeinsam speziell auf Ihr Problem abgestimmte Übungen, welche Sie mit uns durchführen. Da wir uns sehen, können wir Übungs- und Haltungskorrekturen vornehmen.

Weiter haben wir die Möglichkeit mit Ihnen Übungen zur Kräftigung, zur Verbesserung Ihrer Koordination und Dehnübungen durchführen.

Verspannungen entwickeln sich häufig durch Schmerzen, aber auch durch ungünstige Sitzpositionen im Homeoffice. Da wir bereits bei Ihnen zu Hause sind, können wir gleich mal schauen, wie Ihr Arbeitsplatz ergonomisch auf Sie abgestimmt ist und notwendige Anpassungen vornehmen.

Bei den weiteren Videotermi- nen können Sie uns berichten, wie Sie mit Ihren Übungen zurechtgekommen sind und wie sich Ihre Beschwerden verbessert haben.

Wir werden dann mit Ihnen weitere Übungen besprechen und durchführen, damit Ihr Restproblem schnell verschwindet.

Videotherapie – genial einfach und einfach genial!