

Reflektorische Atemtherapie

Der Weg zur Verbesserung der Gesundheit

Sauerstoffverbesserung

Zwerchfellaktivität

Zwerchfellmobilität

Die Reflektorische Atemtherapie (RAT) ist eine physiotherapeutische Technik, die über die Harmonisierung der Atembewegung wirkt. Die Reflektorische Atemtherapie nutzt innerhalb ihres Konzeptes sämtliche Strukturen des im Körper vorhandenen Netzwerkes, z. B. Faszien, neuronale Verbindungen, und bietet so ein sehr breites Arbeitsfeld. Sie wird bei vielfältigen Beschwerden oder Erkrankungen eingesetzt. Diese Kombination von Manueller Therapie, gezielte Reizsetzung und Atemmassage findet die RAT Anwendung bei:

- Störungen des Atmungssystems
- Erkrankungen des Bewegungsapparates
- Störungen der inneren Organe
- Neurologische Störungen/Erkrankungen
- In der Kinderheilkunde
- In der Onkologie
- Bei psychischen Störungen oder Erkrankungen
- In der Schmerztherapie
- In der Intensivmedizin
- In der Palliativmedizin



Die Behandlungen sind je nach Indikation unterschiedlich.

Behandlungsziele:

- Tonusregulation der Muskulatur und Mobilisation des Bewegungsapparates
- Herstellung des Normotonus der Atem- und Atemhilfsmuskulatur und des beteiligten Bindegewebes.
- Verbesserte Zwerchfellaktivität
- Optimierung der Atemmittellage zur verbesserten Ausnutzung der Lungenkapazität.
- Herabsetzung zu hoher intrathorakaler Druckverhältnisse
- Förderung des Sekrettransportes
- Schmerzreduktion
- Verbesserung der Wahrnehmung des Körpers



RAT

auch für Babys und Kinder



Angewendet werden unterschiedliche Griffe, dehnende Streichungen, Druckverschiebungen, Klopfungen und Vibrationen, Reizgriffe.

Die Behandlung läuft in der Regel in 3 Schritten ab:

- 1. Heiße Kompressen**
- 2. Manuelle Techniken**
- 3. Therapeutische Übungen**

Durch die therapeutischen Übungen wird der/die Patient/in zur Eigenverantwortung angeleitet. Gemeinsam mit dem Patienten/der Patientin werden die Übungen ausgewählt und durch den Therapeut angeleitet.

Im Verlauf der Behandlung werden die Ziele immer wieder an die Symptome und Bedürfnisse des Patienten angepasst.