

Probleme mit den Faszien können zu Schmerzen und Einschränkungen der Bewegungsfreiheit führen!

Faszien und

Faszientherapie



Faszien sind Gewebefasern, die unseren ganzen Körper wie ein umhüllendes und verbindendes Netz durchziehen. Wir unterteilen oberflächliche, tiefe und viscerale Faszien. Kommt es zur Veränderung der Fascienstrukturen, wie Verklebungen, Verdrehungen, Verkürzungen oder Verdickungen, sowie Erhöhung der fasciellen Spannung, kann dies zu Schmerzen im gesamten Körper, Sensibilitätsstörungen, Verspannungen, mangelnder Beweglichkeit und Verletzungen kommen. Ursachen hierfür liegen oft in einem ungesunden Lebensstil. Bewegungsmangel, einseitige Bewegung, ungesunde Ernährung, auch Verletzungen, Operationen und stressbedingte erhöhte Körperspannung. Behandlungsmethoden wie Fasciendehnung und Faszienmassage können diese Veränderung beheben oder vermeiden. Schmerzen verschwinden, Verspannungen lösen sich auf, man wird beweglicher und ein Gefühl der Leichtigkeit tritt ein.



Expertentipp von Marett Carstensen
Physiotherapeutin

 Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie Dr. Dr. Norbert J. J. Bock Dr. Dr. Sebastian Flinzberg Kritenborg 7 Telefon: 040 - 6 06 60 14	 Internistisch-neurologische Praxis PD Dr. Martin Bökmann Dr. Christine Eysel, Dr. Eva Leue Dr. Marion Anne Vössing Heegborg 10 Telefon: 040 - 6 02 40 66	 Physiotherapeutin Marett Carstensen Heegborg 2 Telefon: 040 - 6 06 97 79	 Kinderzahnärztin Dr. Katharina Dorandt Diana Priebe Heegborg 16 Telefon: 040 - 61 13 60 70	 Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin Dr. Hans-Rudolf Drunkenmölle Heegborg 9 Telefon: 040 - 6 02 47 51	 Zahnärzte und Prophylaxepraxis Dr. Matthias Engeln Dr. Sven Schomaker Heegborg 13 Telefon: 040 - 6 02 39 49
---	---	---	--	---	---

 Fachärztin für Innere Medizin und Naturheilverfahren Dr. Apama Haskan Heegborg 14 Telefon: 040 - 64 42 42 26	 Zahnärztin Dr. Sabine Kuhn Heegborg 10 Telefon: 040 - 6 06 99 51
---	---

**ALSTERTAL
MED**

www.alstertalmed.de

 Facharzt für Urologie Dr. Stefan Lohmann Heegborg 14 Telefon: 040 - 6 02 28 00	 Logopädin Merja Mikkola Heegborg 16 Telefon: 040 - 78 89 60 06	 Facharzt für Augenheilkunde AOZ Augenoperationszentrum Andreas Otto Heegborg 2 Telefon: 040 - 53 04 88 77	 Fachärzte für HNO Dr. Fabian Reitmeier, Claudia Pyttlik, Dr. Volker Rennert Heegborg 2 Telefon: 040 - 6 02 33 37	 Fachärzte für Orthopädie Dr. Jörg Wagner Dr. Jürgen Schneeberger Heegborg 8 Telefon: 040 - 6 02 19 40
---	---	---	--	---



 Ergotherapeutinnen Anke Schledz-Waldeck Angela Lein Heegborg 2 Telefon: 040 - 64 53 22 72	 Fachärzte für Frauenheilkunde Andreas Lesny Dr. Sandra Nachtigäller Heegborg 10 Telefon: 040 - 6 02 15 15
---	---

Unsere Patienten genießen den großen Vorteil, dass die einzeln angebotenen medizinischen Dienstleistungen Teil eines großen Netzes sind. Auf Grund dessen ist eine gute Koordination zwischen den verschiedenen Ärzten und Therapeuten möglich, wodurch der Informationsweg drastisch verkürzt wird. Weiterführende Termine werden direkt von den Mitgliedern für ihre Patienten vereinbart. Somit entstehen keine wesentlichen Wartezeiten auf Folgetermine bei den Kollegen. Bei unseren regelmäßigen zertifizierten Konferenzen erarbeiten wir immer wieder aufs Neue, wie wir unser Angebot für Sie als Patient weiter verbessern können.