

PNF

Wann hilft PNF?

Die Propriozeptive Neuromuskuläre Faszilitation wird bei Patienten eingesetzt, deren natürliche Bewegungsabläufe gestört sind. Dies gilt sowohl für die Kuration als auch für die Rehabilitation. PNF hilft Patienten mit zerebralen Bewegungsstörungen, etwa nach einem Schlaganfall, bei sensomotorischen Auffälligkeiten und anderen neurologischen und neuromuskulären Erkrankungen sowie nach chirurgischen Eingriffen oder bei orthopädischen Krankheitsbildern. Der Ausgangspunkt dieser Behandlungsphilosophie beruht auf der Annahme, dass alle Menschen über latente motorische Fähigkeiten verfügen, die durch Reize von außen auf taktiler, verbaler sowie visueller Ebene stimuliert und aktiviert werden können.

Was ist PNF?

Das Konzept wurde in den vierziger Jahren des vergangenen Jahrhunderts in Amerika von dem Neurophysiologen Dr. Herman Kabt und der Physiotherapeutin Margaret Knott entwickelt. Propriozeptive Neuromuskuläre Faszilitation beschäftigt sich mit dem Zusammenspiel von Gelenken, Muskeln, und dem Nervensystem um natürliche Bewegungsabläufe zu verbessern. Unökonomische Haltungs- und Bewegungsmuster werden dabei zu einem ökonomischen Bewegungsverhalten umgestaltet.

Dabei ist jede Behandlung ausgerichtet auf den ganzen Menschen und nicht auf ein spezielles Problem oder ein einzelnes Körperteil.

Physiotherapie mit PNF

Wenn Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten ihre Patienten nach dem PNF-Konzept untersuchen und behandeln, steht die Optimierung der Bewegungsabläufe im Vordergrund.

Ziele der Anwendung sind unter anderem:

- Normalisierung des Muskeltonus (Muskelspannungen)
- Verbesserung der Muskelkraft
- Verbesserung der Haltung
- Förderung der Koordination

Die Auswahl und Durchführung der Behandlungstechniken richtet sich immer nach der individuellen Situation des Patienten, um letztendlich seine Bewegungsmöglichkeiten zu vergrößern.

Wer kann PNF anwenden?

Die Grundsätze des PNF- Konzepts werden Physiotherapeuten in der Ausbildung vermittelt, allerdings setzt ein optimales Behandlungsergebnis eine spezielle Fortbildung Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation voraus. nach erfolgreichem Abschluss dieser Fortbildung erhält der Physiotherapeut ein Zertifikat.