

## 1. Was ist Boeger Therapie?

Die Boeger-Therapie ist eine systemische, individuelle Faszien- und Narbentherapie. Sie kann in allen Phasen der Therapie, sowohl nach operativen als auch konservativen Krankheitsverläufen angewendet werden und somit die Heilungs- und Rehabilitationsprozesse optimieren.

Das Leben besteht aus Bewegung. Durch Adhäsionen im Faszien- und Bindegewebe können gewisse Bewegungen vielleicht nicht mehr gut ausgeführt werden, was zu Schonhaltungen führen kann. Mit der Boeger-Therapie hat man eine Methode, mit welcher man Verklebungen diagnostizieren und auf körperlicher und auch emotionaler Ebene dauerhaft lösen kann.

Entzündungsbedingte Verklebungen blockieren den natürlichen Fluss und schränken gesunde Körperfunktionen ein. Störungen im Systemkreislauf können sich unter anderem äussern als:

- Verspannungen der Muskulatur
- Sensibilitätsstörungen der Nerven
- Verzögerte Heilungsprozesse
- Eingeschränkte Blutzirkulation
- Ödembildung durch Lymphstau
- Eingeschränkte Organtätigkeit (z.B. Verstopfung)
- Überlastung der Bandscheiben
- Frühzeitiger Verschleiss von Knorpelgewebe, Arthrose

## 2. Technik

Mit der Narbentherapie verfügt man über eine Technik, mit der Narben und entzündungsbedingte Verklebungen sowohl diagnostiziert als auch therapeutisch gelöst werden können. Das Lösen von sichtbarem und nicht sichtbarem Narbengewebe gelingt unabhängig von Alter, Größe, Tiefe und Art der Narbe. Sobald die Narben und Verklebungen mit der Manuellen Narbentherapie gelöst sind, kann sich der Patient aus seiner Schonhaltung befreien. Die Technik in der Systemischen Narbentherapie wird individuell auf das Bindegewebe des Patienten abgestimmt. Nach wenigen Minuten ist bereits nachprüfbar, ob der gewählte Weg den gewünschten Erfolg bringt. Das Ergebnis ist für Patient und Therapeut sofort fühl- und messbar.

### Wichtiges zur Therapie:

Die Boeger-Therapie kann bei Verklebungen sehr schmerzhaft sein. Der Schmerz sollte jedoch bei richtiger Technik rasch nachlassen und man sollte schnell einen Erfolg verspüren und auch sehen.



### 3. Anwendungsgebiete

#### Präventiv:

Prävention ist die beste Heilung. Das Ziel der präventiven Boeger-Therapie ist die Förderung der körpereigenen Selbstregulierungsprozesse. Das Erreichen der maximalen Beweglichkeit der fasziellen Systeme des Patienten reduziert seine Verletzungsgefahr bei Stürzen und Unfällen. Darüber hinaus erhöht die präventive Intervention die Leistungsfähigkeit und Lebensqualität des Behandelten.

#### Präoperativ:

Bedingung für den optimal verlaufenden Wundheilungsprozess ist, neben dem erfolgreichen operativen Eingriff, die maximale Zirkulationsfähigkeit in den betroffenen Körperstrukturen. Erhöhte Spannungen der Faszien systeme können durch frühere erkrankungs- oder traumabedingte Entzündungsprozesse präoperativ bereits im Gewebe vorhanden sein. Mit dem gezielten Lösen dieser bestehenden Adhäsionen lässt sich das OP-Resultat deutlich verbessern.

#### Postoperativ:

Die Boeger-Therapie kann unmittelbar nach einer Operation beginnen. Das primäre Ziel in dieser Phase ist die venöse und lymphatische Entstauung und die der Operation angepassten Mobilisation der betroffenen Körperregionen. Mit oberflächlich gehaltenen Faszientechniken wird der Kompressionsdruck von den Venen und Lymphgefäßen genommen. Diese entstauende Technik wirkt unmittelbar abschwellend auf die betroffene Körperregion. Schadstoffe im Gewebe werden durch die optimierte Zirkulation schneller abtransportiert. Vermehrte Präsenz körpereigener Aufbaustoffe sorgen für einen zügigen Heilungsverlauf. Alte Narben oder erhöhte Organspannungen, welche den herzwärts strebenden Rückfluss behindern, werden von dem BT-Therapeuten überprüft und wenn nötig gezielt gelöst.

#### Rehabilitativ:

Aktivität setzt das Vermögen von passiver Bewegung voraus. Sobald die Schwellungszustände in und um die Narbe deutlich abgenommen haben, ist das lokale Lösen der Narbe mit der Boeger-Therapie möglich. Erst mit der dadurch gewonnenen maximalen Beweglichkeit kann die Gruppenarbeit in Richtung Kraft und Ausdauer effektiv begonnen werden.

### 4. Indikationen

- OP Narben wie z.B. Hüft-TP, Knie TP, Venen-OP, Sprunggelenk-OP, Verbrennungen
- Entzündungsbedingte Verklebungen
- Venöse Stauungen, Ödeme
- Kaiserschnittnarben
- Schnittwunden
- Arthroskopienarben
- Hämatome
- Verklebungen an Organen durch Operationen wie z.B. Leber, Schilddrüsen, Darm-Op

