

## **Manuelle Therapie bei Verletzungen – Physiotherapie und Osteopathie unter einem Dach**

Wenn es mal in den Bewegungsmechanismen des Körpers nicht richtig rund läuft, kommt eine Berufsgruppe besonders häufig zur Hilfe – die Physiotherapeuten und Osteopathen. Rebecca Ruoff ist beides zugleich. Doch was hat die 35-Jährige dazu bewogen, ihre eigene Praxis zu eröffnen? Bei welchen Gelenkbeschwerden kann die manuelle Therapie helfen? Welche Arten der Massage bietet sie ihren Kunden an? Wird ihre Praxis von Kranken- und Unfallkassen anerkannt? Diese Fragen stellten wir Rebecca in einem kurzen Interview.

Die gebürtige Deutsche absolvierte 2006 die Ausbildung zur Physiotherapeutin und erfüllte sich somit den Berufstraum, den sie schon immer hatte. 10 Jahre später folgte der Abschluss des Osteopathiestudiums, da sie merkte, dass sie allein mit der Physiotherapie noch lange nicht allen Leuten helfen konnte, denen sie gerne helfen würde. Diese beiden Felder ergänzen sich in ihrem Arbeitsalltag perfekt.

Inzwischen ist sie seit 5 Jahren in Luzern tätig. Zuvor arbeitete sie bereits in Zürich und kam, da sie sich nach der Schweiz und den dort herrschenden besseren Arbeitsverhältnissen sehnte, nach einem Angebot am Olympiastützpunkt in Hamburg in das kleine Land in den Alpen zurück. Dabei war sie zunächst in einer Praxisingemeinschaft tätig, suchte sich aber bald ihre eigenen Räumlichkeiten und ist nun, seit der Geburt ihrer inzwischen zweijährigen Tochter, Chefin von zwei Mitarbeitern und einer Sekretärin. Dabei hat sie in der Regel eine 60-80%-Stelle, die jedoch auch des Öfteren zu einer 100 %-Stelle heranwächst.

### **Rebecca, wann hast du dich entschieden, eine Praxis für Physiotherapie und Osteopathie zu eröffnen?**

Ich wollte schon immer selbständig sein und als ich 2014 wieder in die Schweiz zurückgekehrt bin, erschien mir dies für einen neuen Anfang perfekt.

### **Bei welchen Gelenkbeschwerden kann die manuelle Therapie helfen?**

Die manuelle Therapie hilft bei vielen Gelenkbeschwerden, eigentlich ist sie für mich eine sehr grundlegende Fortbildung im Bereich der Physiotherapie und essenziell. Das heisst: Ohne die manuelle Therapie Fobi kann ein Physiotherapeut – so hart es klingt – nicht wirklich an den Gelenken arbeiten.

Ich sage dabei bewusst, dass sie nur bei vielen Gelenkbeschwerden und nicht bei allem hilft, weil es ja immer auf die Ursache ankommt. Habe ich eine Dysfunktion nach Umknicken im oberen und unteren Sprunggelenk, finden sich zu 90% Blockaden, die über das Wadenbein hoch bis zum Becken und der Lendenwirbelsäule gehen können. Hier arbeite ich u. a. mit

manueller Therapie. Dann ist alles perfekt korrigierbar, sodass der Patient keine Bewegungseinschränkungen und auch keine Schmerzen mehr hat.

Handelt es sich aber z. B. um Rückenschmerzen aufgrund einer zu schwachen, tiefen Rumpfmuskulatur, bringt mich die manuelle Therapie auch nicht viel weiter. Es kommt immer auf die Beschwerden und das Krankheitsbild an. Es gibt nicht die eine Therapie für alles. Deshalb ist es wichtig, sich stets fort- und weiterzubilden, damit man die Patienten so umfangreich wie möglich betreuen kann.

### **Welche Arten der Massagen bietest du den Kunden in der Praxis an?**

Ich biete viele Arten von Massagen an (klassische Massage, Aromaöl-/Entspannungsmassagen, Triggerpunktmassage, Schröpfmassage, Bindegewebsmassage, Sportmassage, ...).

Aber ich bin kein Masseur und wenn ein Kunde anruft und nach Massagen fragt, schicke ich ihn weiter an Masseure und Masseurinnen aus meinem Umfeld. Massagen gehören teilweise zur Therapie von Sportlern bspw. bei Muskelverletzungen. Dann ist es wichtig, die richtigen Stellen zu behandeln. Aber ich bin mehr als ein "Wellness"-Masseur, deshalb massiere ich nicht gerne. Auch durch meine Überzeugung, dass Massagen nur eine symptomatische Behandlung darstellen, also die Ursache eines Problems dadurch zu 99% nicht behoben wird.

### **Ist deine Praxis von Kranken- und Unfallkassen anerkannt? Sind die Behandlungen in der Grundversicherung enthalten?**

Ja, alle physiotherapeutischen Behandlungen sind in der Grundversicherung enthalten. Sowohl bei der Krankenkasse als auch bei der Unfallkasse. Für die Osteopathie bedarf es keiner ärztlichen Verordnung, diese wird über die Zusatzversicherung abgerechnet, hier bin ich bei 90% aller Versicherer anerkannt.

### **Physiotherapie und Osteopathie – Aber keine Wellness-Massagen**

Um Ursachen zu behandeln und nicht nur ihre Symptome, geht man am besten zu einer Physiotherapeutin oder einer Osteopathin wie Rebecca. Diese bietet zwar auch spezialisierte Massagen an, die jedoch den Umfang von herkömmlichen Wellness-Massagen sprengen: Sie gehen der Ursache auf den Grund. Diese bietet die 35-Jährige, die auch schon Erfahrungen in einem Olympiastützpunkt sammeln durfte, in Luzern in ihrer eigenen Praxis an. Ihre Behandlungen werden dabei grösstenteils von den Kranken- und Unfallkassen gedeckt.