

Ausbildungslehrgang: Therapeutische Massagen (EMR Methode Nr. 33)

Diese berufsbegleitende Ausbildung umfasst ein Ausbildungsprogramm im modularen Baukastensystem.

Nach dieser Ausbildung können die Absolventen ihre berufliche Tätigkeit in folgenden Bereichen ausüben: Gesundheitsförderung und -Erhaltung, Prävention und Therapie.

Berufliche Möglichkeiten: Eigene Praxis, Praxisgemeinschaft, Fitnesszentren Gesundheitszentren, etc.

Ausbildungsziel:

Das übergreifende Ziel der Ausbildung ist die Fähigkeit, mit dem erworbenen Wissen vernetzt denken und arbeiten zu können und das erlernte Fachwissen über die verschiedenen manuellen physikalischen Therapien praxisorientiert, individuell und verantwortungsvoll einsetzen zu können.

Die Ausbildung umfasst folgende Pflicht-Module:

Grundlagenausbildung:

Medizinische Grundlagenausbildung (MG) 340h

Fachausbildungen:

Klassische Massage (KM) (EMR Methode Nr. 102) 162h

Fussreflexzonenmassage (FZ) (EMR Methoden Nr. 81) 114h

Manuelle Lymphdrainage (MLD) (EMR Methode Nr. 111) 162h

Voraussetzungen:

Gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift

Freude mit dem persönlichen Umgang mit den Menschen

Physische und Psychische Belastbarkeit und Flexibilität

Persönliches Engagement und Ausdauer.

Nachfolgend die Inhalte der jeweiligen Pflichtmodule:

Wellness

Schule für Klassische Massage und Fussreflexzonenmassage

Schulmedizinische Grundlagenausbildung: 340h

Lernziele:

Nach bestandener Abschluss dieses Ausbildungslehrganges sind die Teilnehmer fähig, den Bau und die Funktion des gesunden menschlichen Körpers zu erklären und können sich in der Fachsprache verständigen. Sie haben fundierte Kenntnisse über die Pathologie und können die wichtigsten Krankheitsbilder erklären.

Sie haben das nötige Wissen, um mögliche Zusammenhänge zwischen unterschiedlichen Krankheitsbildern und psychischen Vorgängen zu erkennen und zu verstehen.

Sie sind sensibilisiert auf die Komponenten der Gesundheitsförderung und können diese bewusst in eine Therapie integrieren.

Sie sind mit vertraut mit dem Grundlagenwissen über eine gesunde Klienten- Therapeuten- Beziehung, und deren Gestaltung.

Sie können das erworbene Wissen verantwortungsvoll mit der therapeutischen Tätigkeit vernetzen und kennen ihre spezifischen Kompetenzen und Grenzen, um eine Therapie optimal zu planen und durchzuführen.

Medizinische Grundlagen: 180h

Anatomie
Physiologie
Pathologie
Medikamentenlehre
Notfallmassnahmen
Hygiene

Sozialwissenschaftliche Grundlagen 104h

Geschichte der Psychologie, Psychotherapie und Psychiatrie
Erläuterungen der Definitionen und Grundbegriffe Psychologie
Grundbegriffe der Psychotherapie und Psychosomatik
Leitsymptome der häufigsten psychischen und psychosomatischen Störungen
Behandlungsmethoden
Kommunikation
Nonverbale Kommunikation

Allgemeine Grundlagen 56h

Gesundheitsverständnis
Menschenbild
Ethik
Klienten-Therapeutensicherheit
Praxisführung

Prüfung: 4h

Total Stunden Grundlagenausbildung: 340h

Klassische Massage

Erfahrungsmedizinische Ausbildung:

Beschreibung des Lehrgangs:

Das gezielte Massieren von Haut und Bindegewebe sowie der Muskulatur des Körpers lockert verspannte und überanstrengte Muskeln, kräftigt das Gewebe, regt die Durchblutung an und fördert auf angenehme Weise unsere körperliche und geistige Gesundheit sowie das allgemeine Wohlbefinden. Je nach Dosierung und Anwendung der Griffe hat die Massage eine anregende (tonisierende) oder beruhigende (sedierende) Wirkung:

- Förderung der Gewebsdurchblutung
- Entstauende und aktivierende Wirkung auf das lymphatische System, wodurch Stoffwechselprodukte gründlicher abgebaut werden
- Förderung der eigenen Abwehrkräfte
- Lockerung der Muskulatur
- Physische und psychische Entspannung
- Entspannung des Energiekreislaufes
- Harmonisierende Wirkung auf Blutdruck, Puls und Atmung

Das übergreifende Ziel der Ausbildung ist die Fähigkeit zu erlangen, mit dem erworbenen Wissen vernetzt denken und arbeiten zu können und das erlernte Fachwissen praxisorientiert individuell und verantwortungsvoll einsetzen zu können.

Die erfahrungsmedizinische Ausbildung umfasst insgesamt 162h à 60 Min. Die Prüfungen werden separat abgehalten.

Ausbildungskosten: Fr.: 5'832.- + Literatur (Änderungen vorbehalten)

Modul 1: Basisausbildung

Die Teilnehmer erlernen unterschiedliche Massagetechniken und eine fundierte Griffabfolge der klassischen Massage am gesunden Menschen. Dazu erhalten sie einen Überblick über die Lage der wichtigsten Knochen und Muskeln.

Nach diesem Basiskurs sind die Teilnehmer in der Lage, die Klassische Massage in ihrem Familien- oder Bekanntenkreis anzuwenden.

Lerninhalte:

- Geschichte der Massage
- Wirkungsprinzipien der Massage
- Erlernen einer klassischen Ganzmassage
- Indikation / Kontraindikationen (Hautkrankheiten, Arthrose, Beschleunigungstrauma, etc.)
- Allgemeine Hygiene, Bekleidung

Lernziele:

Erlangen eines soliden Basiswissens über den Bereich der klassischen Massage
Fähigkeit, mit den richtigen Griffen eine klassische Ganzmassage auszuführen
Fähigkeit, Indikationen und Kontraindikationen einschätzen zu können

Modul 2: Vertiefungskurs

Die im Modul 1 erworbenen Grundkenntnisse der Massage werden durch das Erweitern und Verfeinern der Massagegriffe und Techniken ausgebaut und gefestigt. Zudem lernen und üben die Teilnehmer, Verspannungen genau zu lokalisieren und zu lockern. Im Weiteren erhalten die Teilnehmer einen Einblick in den Bereich der Sportmassage und in die gängigsten Sportverletzungen.

Nach diesem Kurs sind die Teilnehmer in der Lage, je nach Bedarf eine beruhigende (sedierende) oder eine anregende (tonisierende) Massage anzuwenden und spezifische Behandlungsschwerpunkte (Schulter-Nacken, Thoraxalbereich, Lumbalbereich) in den Massageablauf zu integrieren.

Lerninhalte:

- Erweiterte Anwendungsmöglichkeiten (Druck, Tempo, Griffwiederholung)
- Prophylaktische und Therapeutische Massage (sedierend)
- Sportmassage (aktivierend)
- Behandlungsschwerpunkte bei Teilmassagen (Schulter-Nacken-Bereich, Lumbalbereich, Wirbelsäulenbereich)
- Wirbelsäulen-Entspannung
- Spannungsfelder genau lokalisieren und adäquat behandeln
- Bedürfnisorientiertes Therapiekonzept
- Warenkunde, Praxiseinrichtung
- Anamnese, Protokoll, Kundenumgang
- Pathologische Grundlagen (Muskelverletzungen, Erkrankungen des Stützapparates, Beschleunigungstrauma, etc.)
- Aufbau und Funktion des Bewegungsapparates (Theorie und Praxis)
- Aufbau und Funktion des menschlichen Körpers (Basiswissen)
- Festigung über das Wissen der Lage und Funktion der wichtigsten Knochen und Muskeln (Palpation und Anatomie in Vivo)

Lernziele:

Erlangen der Fähigkeit, die klassische Massage mit Druck und Tempo individuell anzupassen

Erlangen der Fähigkeit, spezifische und bedürfnisorientierte Behandlungsschwerpunkte in die Massage zu integrieren.

Basiskenntnisse über den Aufbau des menschlichen Körpers

Praktische und theoretische Kenntnisse über die Lage und Funktion der wichtigsten Muskeln

Professioneller Umgang mit den Möglichkeiten und Grenzen des Erlernenen.

Modul 3: Therapeutische Massnahmen zur Schmerzreduktion

Lerninhalte:

- Erweiterung der Grifftechniken der Massage / Tiefwirkende Griffe
- Weitere Vertiefung in die Anatomie/Physiologie/Pathologie des Bewegungsapparates
- Lokale Behandlungseffekte, Wirkung auf Zellstoffwechsel und Vitalfunktionen
- Vertiefung des Sicht- und Palpationsbefund
- Fallbeispiele
- Anamnese / Befundorientiertes Therapiekonzept
- Behandlung von Muskulären Dysbalancen, welche oft zu komplexen Schmerzsymptomatiken im Bewegungsapparat führen
- Triggerpunkt-Therapie
- Aktive und passive Muskeldehnung
- Erlernen und üben von passiven Dehnungsgriffen
- Heimübungen für den Patienten

Lernziele:

Erlernen der Fähigkeit, für den Klienten ein befundorientiertes Therapiekonzept zu erarbeiten und durchzuführen.

Kennen verschiedener Beschwerdebilder des Bewegungsapparates und deren Behandlungsmöglichkeiten mit dem erworbenen Wissen

Verantwortungsvoller Umgang mit den Möglichkeiten und Grenzen des Erlernten.

Modul 4: Therapeutische Massnahmen zur Schmerzreduktion (Vertiefungskurs)

Lerninhalte:

- Verschiedene Schmerzsyndrome (Schmerzpunkte, Lumbago, Migräne, Ischialgie, ...)
- Effiziente therapeutische Behandlungsmöglichkeiten, um Schmerzen in den Muskeln, Sehnen und Gelenken langfristig zu reduzieren oder zu eliminieren
- Kälte- und Wärmeanwendungen
- Indikation/Kontraindikation
- Traktionen sowie Lockerungs- und Mobilisationstechniken als ergänzende Massnahmen zu den Behandlungsmöglichkeiten

Lernziele:

Erlernen der Fähigkeit, für den Klienten ein ganzheitliches befund- und bedürfnisorientiertes Therapiekonzept zu erarbeiten und durchzuführen.

Erlernen der Fähigkeit, bisher erworbene Kenntnisse mit zusätzlichen Behandlungsmöglichkeiten zu vernetzen und adäquat einzusetzen.

Verantwortungsvoller Umgang mit den Möglichkeiten und Grenzen des Erlernenen, und das Wissen, wann ein/e Klient/in in ärztliche Behandlung verwiesen werden muss

Modul 5: Therapeutischer Prozess

Die Therapie als Prozess, Förderung des vernetzten Denkens in Einbezug des angeeigneten Wissens: aus therapeutischen Möglichkeiten und Grenzen, aus psychologischer Sicht, aus dem Gesundheitsverständnis, sowie aus ethischer Sichtweise, Ergebnisorientierte Zielsetzung (kurz- und langfristig), Standortbestimmung, Adäquate Anwendung der therapeutischen Kompetenzen, Anpassung der Behandlungsstrategien an die jeweilige Situation, Ressourcenförderung, Transparenz der Kommunikation zur Patienten- und Klienten-Sicherheit

Nach der Ausbildung müssen die Teilnehmer eine Abschlussprüfung ablegen. Der Prüfungsumfang beinhaltet sämtliche belegten Kurse.

Fussreflexzonen-Therapie Erfahrungsmedizinische Ausbildung:

Beschreibung des Lehrgangs:

Die Fussreflexzonen-Therapie ist eine ganzheitliche Methode, bei der die Reflexpunkte an den Füssen gedrückt und massiert werden. Bei der Reflexzonenmassage wird das verkleinerte Abbild des Menschen am Fuss bearbeitet, denn die Reflexzonenmassage basiert auf dem Prinzip, dass es Bereiche oder Reflexzonen an den Füssen und Händen gibt, die den verschiedenen Körperteilen des Menschen entsprechen. Mittels Druck- und Massagetechniken können Energieblockaden und kristalline Ablagerungen gelöst werden. Mit der Reflexzonenmassage erreichen wir eine verbesserte Durchblutung und eine Stimulation des lymphatischen Systems. Durch das gezielte Massieren der Füsse können Beschwerden gelindert, das Energiesystem positiv beeinflusst und das allgemeine Wohlbefinden verbessert werden. Zudem zählen Entspannung und Ausgeglichenheit zu den willkommenen und angenehmen Wirkungen.

Das übergreifende Ziel der Ausbildung ist die Fähigkeit zu erlangen, mit dem erworbenen Wissen vernetzt denken und arbeiten zu können und das erlernte Fachwissen praxisorientiert individuell und verantwortungsvoll einsetzen zu können.

Die erfahrungsmedizinische Ausbildung umfasst insgesamt 114h à 60 Min. Die Prüfungen werden separat abgehalten.

Ausbildungskosten: Fr.: 4'032.- + Literatur (Änderungen vorbehalten)

Modul 1: Basisausbildung

Die Teilnehmer erlernen unterschiedliche Massagetechniken und eine fundierte Griffabfolge der Fussreflexzonen-Therapie am gesunden Menschen. Dazu erhalten sie einen Überblick über die Lage der wichtigsten Knochen und Muskeln.

Nach diesem Basiskurs sind die Teilnehmer in der Lage, die Klassische Massage in ihrem Familien- oder Bekanntenkreis anzuwenden.

Lerninhalte:

- Geschichtlicher Hintergrund (Ingham – Fitzgerald – Marquardt)
- Indikation / Kontraindikationen; Absolute vs. Relative (Krankheiten, Hautkrankheiten, Schwangerschaft, etc.)
- Allgemeine Grund-Hygiene, Bekleidung
- Die Anatomie des Fusses (wichtig zur Zonenfindung)
- Lagerung des Klienten
- Die Längs- und Querzonen im Fuss
- Grundgriffe der Fussreflexzonen-Therapie
- Die genauen Reflexzonen an den Füssen
- Erlernen eines kompletten Massageablaufes am gesunden Menschen

Lernziele:

Erlangen eines soliden Basiswissens über den Bereich der Fussreflexzonen-Therapie
Fähigkeit, mit den richtigen Griffen eine Fussreflexzonen-Therapie auszuführen
Fähigkeit, Indikationen und Kontraindikationen einschätzen zu können

Modul 2: Vertiefungskurs I

Die im Modul 1 erworbenen Grundkenntnisse der Massage werden durch das Erweitern und Verfeinern der Massagegriffe und Techniken ausgebaut und gefestigt.

Lerninhalte:

- Die genauen Wirkmechanismen der Reflexzonen (Beziehung Reflexzonen-Organ)
- Der Schmerz und seine Bedeutung
- Erweiterte Anwendungsmöglichkeiten der Grifftechniken (Druck, Dosierung, Richtung, Griffwiederholung)
- Anregende (tonisierende) und beruhigende (sedierende) Techniken
- Sicht- und Tastbefund
- Gelenkschonendes Arbeiten
- Kundenprotokoll – Anamnese – Befundkarte – Gesprächsführung
- Spezifische Behandlungsabläufe anhand unterschiedlicher Beschwerde- oder Krankheitsbilder akut oder chronisch (Schlafstörungen, Migräne, Kopfschmerzen, Schwindel, Zahnbeschwerden, Rückenschmerzen, Bandscheibenprobleme, Ischialgie, Verdauungsbeschwerden, Menstruationsbeschwerden, Lymphatische Beschwerden, Hormonelle Dysbalancen, Psychische Problematiken wie Stress oder Burnout, etc.)
- Das aktuelle Befinden des Klienten erfassen, Schwerpunkte setzen und in die Behandlung einfließen lassen
- Warenkunde, Praxiseinrichtung

Lernziele:

Erlangen der Fähigkeit, die Fussreflexzonen-Massage mit Druck und Tempo individuell anzupassen
Erlangen der Fähigkeit, spezifische und bedürfnisorientierte Behandlungsschwerpunkte in die Massage zu integrieren.

Basiskonntnisse über den Aufbau des menschlichen Körpers

Praktische und theoretische Kenntnisse über die Lage und Funktion der wichtigsten Organe und deren Reflexzonen.

Professioneller Umgang mit den Möglichkeiten und Grenzen des Erlernenen.

Modul 3: Vertiefungskurs II

Lerninhalte:

- Repetition der Anatomie des Fusses
- Verschiedene Mobilisations- und Behandlungstechniken am Fuss, um Beschwerden am Skelett oder Muskulatur zu lindern und als Erweiterung der Fussreflexzonen-Massage
- Energetische Massage und deren Einfluss auf die Psyche
- Psychosomatische Aspekte
- Psychohygiene
- Fallbeispiele
- Selbsthilfeübungen für den Patienten

Lernziele:

Erlernen der Fähigkeit, für den Klienten ein ganzheitliches befund- und bedürfnisorientiertes Therapiekonzept zu erarbeiten und durchzuführen.

Erlernen der Fähigkeit, bisher erworbene Kenntnisse sinnvoll zu vernetzen und adäquat in die Behandlungsmöglichkeiten miteinzubeziehen.

Verantwortungsvoller Umgang mit den Möglichkeiten und Grenzen des Erlernten, und das Wissen, wann ein/e Klient/in in ärztliche Behandlung verwiesen werden muss

Modul 4: Therapeutischer Prozess

Die Therapie als Prozess, Förderung des vernetzten Denkens in Einbezug des angeeigneten Wissens: aus therapeutischen Möglichkeiten und Grenzen, aus psychologischer Sicht, aus dem Gesundheitsverständnis, sowie aus ethischer Sichtweise, Ergebnisorientierte Zielsetzung (kurz- und langfristig), Standortbestimmung, Adäquate Anwendung der therapeutischen Kompetenzen, Anpassung der Behandlungsstrategien an die jeweilige Situation, Ressourcenförderung, Transparenz der Kommunikation zur Patienten- und Klienten-Sicherheit

Manuelle Lymphdrainage-Therapie

Erfahrungsmedizinische Ausbildung:

Beschreibung des Lehrgangs:

Die KPE (Komplexe Physikalische Entstauungstherapie) ist eine anerkannte Behandlungsmethode in der physikalischen Therapie, um Ödeme verschiedenster Ursachen zu behandeln. Diese besondere Behandlungsform ist sowohl auf die Anatomie und Physiologie des Lymphgefäßsystems als auch auf die Ödembeschaffenheit abgestimmt. Neben der klassischen Behandlung der verschiedenen Lymphödeme wird die KPE aber auch im Sport, und in anderen Fachbereichen häufig eingesetzt. Schmerzlinderung und eine sympathikolytische Wirkung sind hier ein häufig erklärtes Therapieziel.

Die KPE besteht aus

- Manueller Lymphdrainage (MLD)
- Kompressionstherapie
- Bewegungstherapie
- Hautpflege

Bei der Manuellen Lymphdrainage handelt es sich um eine sanfte Massageart, um den Lymphabfluss anzuregen und damit den Abtransport des Ödems zu ermöglichen. Sie wird unter anderem bei Krankheitsbildern wie Lymphödemen oder Lipödemen und postoperativen Ödemen eingesetzt.

Das übergreifende Ziel der Ausbildung ist die Fähigkeit zu erlangen, mit dem erworbenen Wissen vernetzt denken und arbeiten zu können und das erlernte Fachwissen praxisorientiert individuell und verantwortungsvoll einsetzen zu können.

Die erfahrungsmedizinische Ausbildung umfasst insgesamt 162h. Die Prüfungen werden separat abgehalten.

Ausbildungskosten: Fr.: 5'832.- + Literatur (Änderungen vorbehalten)

Modul 1: Basisausbildung

Lerninhalte:

- Geschichte und Hintergrund der MLD
- Anatomie und Physiologie des Blutkreislaufs
- Anatomie der Lymphgefäße und Lymphknoten
- Physiologie des Lymphsystems, der Lymphe und des Interstitiums
- Wirkungsmechanismen der MLD
- Indikationen und Kontraindikationen
- Erlernen der fünf Grundgriffe der Manuellen Lymphdrainage
- Behandlung der einzelnen Körperpartien (Gesicht, Hals, Arme, Beine, Rücken, Lende, Brust, Bauch)
- Erlernen eines folgerichtigen Behandlungsablaufes am gesunden Menschen

Lernziele:

Erlangen eines soliden theoretischen und praktischen Basiswissens im Bereich der Manuellen Lymphdrainage.

Fähigkeit, mit den korrekten Griffen eine Manuelle Lymphdrainage am Gesunden Menschen auszuführen

Fähigkeit, Indikationen und Kontraindikationen einschätzen zu können

Modul 2: Vertiefungskurs

Die im Modul 1 erworbenen Grundkenntnisse werden durch das Erweitern und Verfeinern der Behandlungsgriffe und -Techniken ausgebaut und gefestigt.

Lerninhalte:

- Vertiefung der Anatomie und Physiologie des Lymphsystems
- Einführung in die Pathophysiologie des Lymphsystems
- Ödeme und Ödemformen und deren Differenzierung
- Indikationen/Kontraindikationen bei verschiedenen Krankheitsbildern
- Befund des Lymphödems und korrekte Patientendokumentation (Anamnese, Inspektion, Palpation, Ödemmessung)
- Erlernen von Sondergriffen in Verbindung bei speziellen Krankheitsbildern
- Erarbeiten von korrekten Behandlungsabläufen bei primären und sekundären Lymphödemen in Bezug auf ihre Ursache und Pathologie
- Kompressionstechniken als Bestandteil der KPE; Strümpfe/Bandagen, Materialkunde, Wirkungsweise
- Kompressionstechniken; Bandagieren der oberen und unteren Extremitäten
- Klientenanleitung als Heimübung, Bewegungs- und Atemgymnastik
- Hautpflege
- Lymph-Taping

Lernziele:

Fundierte theoretische Wissen um die Anatomie, Physiologie sowie Pathophysiologie des Lymphsystems,
Erlangen der Fähigkeit, eine korrekte Befundung (Anamnese, Inspektion, Palpation, Ödemmessung) durchzuführen sowie ein sinnvolles und bedürfnisorientiertes Behandlungsziel und Therapiekonzept mit den Klienten zu erarbeiten. Das Wissen um die Indikationen und absoluten Kontraindikationen der angewandten Techniken. Korrekte Planung und Durchführung einer Manuellen Lymphdrainage in Bezug auf Ihre Kausalität und Pathophysiologie. Fähigkeit, weitere Behandlungstechniken im Sinne der KPE sinnvoll in die Therapie zu integrieren.
Professioneller Umgang mit den Möglichkeiten und Grenzen des Erlernten.

Wellness

Schule für Klassische Massage und Fussreflexzonenmassage

Modul 3: Abschlusskurs

Lerninhalte:

- Erörterung von Fragen
- Wiederholung und Festigung der Grifftechniken, Kompressionstechniken, Lymph-Taping
- Komplexe Fallbeispiele
- Prüfungsvorbereitung

Lernziele:

Erlernen der Fähigkeit, bisher erworbene Kenntnisse sinnvoll zu vernetzen und adäquat in die Behandlungsmöglichkeiten miteinzubeziehen.

Professioneller Umgang mit den Möglichkeiten und Grenzen des Erlernenen.

Optimale Vorbereitung für die Prüfung

Modul 4: Therapeutischer Prozess

Die Therapie als Prozess, Förderung des vernetzten Denkens in Einbezug des angeeigneten Wissens: aus therapeutischen Möglichkeiten und Grenzen, aus psychologischer Sicht, aus dem Gesundheitsverständnis, sowie aus ethischer Sichtweise, Ergebnisorientierte Zielsetzung (kurz- und langfristig), Standortbestimmung, Adäquate Anwendung der therapeutischen Kompetenzen, Anpassung der Behandlungsstrategien an die jeweilige Situation, Ressourcenförderung, Transparenz der Kommunikation zur Patienten- und Klienten-Sicherheit-
