



## Verordnung erhalten

### Wer verordnet PNF?

Der behandelnde Hausarzt, Neurologe, Orthopäde oder Internist erstellt die Diagnose, legt das Behandlungsziel fest und kann dann eine Heilmittelverordnung für „Krankengymnastik nach PNF“ ausstellen.

### Wer kann eine PNF-Therapie durchführen?

Physiotherapeuten erwerben das Grundwissen für die Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation (PNF) in ihrer Ausbildung. Allerdings setzt ein optimales Behandlungsergebnis eine spezielle Fortbildung nach PNF voraus. Der Kurs schließt mit einem Zertifikat ab.

## Therapeuten finden

Die Adressen zertifizierter Physiotherapeuten, die Patienten nach PNF behandeln können, finden Sie im Internet unter [www.ifk.de](http://www.ifk.de). Hier gibt es eine gezielte, regionale Therapeutesuche.

Zusätzlich bietet der Verband im Internet seriöse Patienten-Informationen rund um Physiotherapie, Prävention und Patientensicherheit.



# Stimulieren und Aktivieren

# Den Menschen im Blick

# Möglichkeiten vergrößern

## PNF hilft

Die Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation (PNF) ist ein spezielles Behandlungskonzept für Menschen, deren natürliche Bewegungsabläufe beeinträchtigt sind. Sie richtet sich an alle Patienten mit Bewegungsstörungen, z. B.:

- Nach einem Schlaganfall
- Bei Gesichtslähmungen oder Atemfunktions- und Schluckstörungen
- Bei Parkinson oder Multipler Sklerose
- Bei anderen neurologischen und neuromuskulären Erkrankungen
- Nach chirurgischen Eingriffen
- Bei orthopädischen Krankheitsbildern

Ziel der Behandlung ist es, ungenutztes Bewegungspotenzial zu aktivieren. Der Therapeut hilft dem Patienten, geeignete Bewegungsstrategien für seine relevanten Alltagsaktivitäten zu entwickeln.



## Ökonomische Bewegungsabläufe

Das PNF-Konzept wurde vor über 60 Jahren entwickelt, durch neue Techniken ergänzt und konstant den aktuellen, wissenschaftlichen Erkenntnissen angepasst.

Die Behandlung orientiert sich an den individuellen Funktionsstörungen des Patienten. Durch taktile Reize (Berührung) und verbale Stimulation werden spezielle Bewegungsabläufe (Pattern) ausgelöst.

Es werden verschiedene Techniken angewandt, um unökonomische Bewegungsmuster in ein ökonomisches Bewegungsverhalten umzuwandeln.



## Aufgaben der Physiotherapie

Physiotherapeuten führen in der Therapie nach PNF eine patienten- und funktionsorientierte Untersuchung und Behandlung durch.

Zur Behandlung gehört u. a.:

- Automatische Bewegungsabläufe zu fördern, um Selbstständigkeit zu erhalten
- Muskelspannungen zu regulieren, um Bewegungseinschränkungen vorzubeugen
- Die Haltung, Bewegungskontrolle und Koordination zu verbessern
- Gelähmte Körperabschnitte zu stimulieren und zu kräftigen

