

Thema: Physiotherapie

Redakteur: Nikolay

Funktion und Bedeutung der Faszien (Teil 4)

Was einst Bindegewebe genannt wurde, heißt heute Faszien. Heute geht es im Radiokolleg, wie man Probleme mit den Faszien vorbeugen kann, zum Beispiel nach Operationen oder Verletzungen. Wichtig ist auch, die Faszien zu pflegen, damit sie biegsam und geschmeidig bleiben. Auf dem Fitnessmarkt gibt es derzeit neue Geräte und einige Trainingsmethoden speziell für Faszien. Die Faszien durchziehen den gesamten Körper, sind für die Körperwahrnehmung verantwortlich und geben dank der zahlreichen Nerven, mit denen sie durchzogen sind, Schmerzreize an das Gehirn weiter. Die Sportphysiotherapeutin Beatrix Baumgartner hat sich schon vor einigen Jahren im Bereich des Bindegewebes spezialisiert.

O-Ton: Beatrix Baumgartner (Sportphysiotherapeutin), Karen Barker-Benfield (Tierärztin), Halli Hafenscher (?) (Ernährungscoach), Karin Haunold (Physiotherapeutin), Laszlo Roth (Physiotherapeut)