

Elektromyographie EMG

Der „direkte Blick in den Muskel“

Ursachen für viele Beschwerden des Bewegungsapparates sind häufig muskuläre Dysbalancen, die in den meisten Fällen bereits vor dem Eintreten von Schmerzen aufgrund von Fehlhaltungen oder Fehlbelastungen in Beruf und Alltag bestehen oder sich als Folge von Verletzungen oder Operationen entwickeln.

Muskuläre Dysbalancen können u.a. durch ein Ungleichgewicht der neuralen Ansteuerung der gelenkstabilisierenden Muskeln entstehen. Diese muskulären Dysbalancen sind von außen oft nicht sichtbar, verändern jedoch die Bewegungsqualität und auch die Belastung der Strukturen. Auf Basis einer Funktionsanalyse mittels Elektromyographie (EMG) ist die Erfassung der willkürlichen Muskelaktivierung und -ansteuerung in funktionellen Bewegungen, Haltungen und Trainingsübungen möglich und Dysbalancen sind gezielt darstellbar.

Durch die Messung der Muskelaktivität wird die muskuläre Eigenwahrnehmung sichtbar gemacht und die gezielte Ansteuerung eines Muskels visuell nachvollziehbar. Das EMG hilft intuitiv zu verstehen, welche Aufgabe der einzelne Muskel im komplexen Zusammenspiel der Bewegung einnimmt.

Mit Hilfe von Biofeedback-Training ist es möglich, die kontrollierte Ansteuerung der Muskulatur zu trainieren und Dysbalancen auszugleichen.

Funktionsdiagnostik:

- Verbessern der Trainings- und Bewegungsqualität
- Asymmetrien erkennen und beheben
- Trainingsfortschritt steigern
- Verletzungsanfälligkeit mindern

Perioperativ:

- Aktivierung von gehemmter/verletzter Muskulatur
- Kontrollierte Kräftigung
- Verhindern von entstehenden Dysbalancen



Eingangsdiagnostik

Dauer: ca. 60 Minuten

Inhalt:

- Anamnese/ Befunderhebung
- EMG-Diagnostik und Auswertung
- Interpretation und Therapieplanung

Kosten: als Selbstzahlerleistung/ IGeL: **150€ ***

EMG-Biofeedback-Training

Dauer: ca. 25-30 Minuten

Inhalt:

- EMG-Biofeedback-Training
- Korrektur von Bewegungsabläufen
- Therapeutische Intervention

Kosten: als Selbstzahlerleistung/ IGeL: **75€ ***

Ausgangsdiagnostik

Dauer: ca. 60 Minuten

Inhalt:

- Kontrolle der erarbeiteten Bewegungsmuster
- Abschluss-EMG-Messung und Auswertung
- Aussicht und Abschlussgespräch

Kosten: als Selbstzahlerleistung/ IGeL: **150€ ***