



Muskelmobilisationstherapie (MMT)

Dieser Begriff umfasst physiotherapeutische Massnahmen zur Muskelentspannung und zum gezielten Muskelaufbau. Eingesetzt wird diese Therapie überwiegend bei Verspannungen aller Art, insbesondere Rückenverspannungen und Rittigkeitsproblemen.



Die Muskelverläufe werden durchtastet und sogenannte Myogelosen, d.h. schmerzhafte Muskelknoten und Muskelverklebungen, aufgespürt. Diese Bereiche werden mit verschiedenen Massagetechniken gelöst und entspannt. Die Muskelansätze werden abgetastet und gegebenenfalls massiert und gelockert.

Aktive Bewegungen der Wirbelsäule, sowie passive reflexausgelöste Bewegungen der Wirbelsäule und Gliedmassen beseitigen Blockaden an Gelenken und zwischen den Wirbeln.

