

Tipps für Kids

Es gibt einige Dinge, auf die Du selber achten kannst, um Deinen Rücken so wenig wie möglich zu belasten:

- Immer auf beiden Beinen stehen!

Auch wenn es lässiger aussieht, beim Stehen mit der Gewichtsbelastung auf nur einem Bein wird Dein Becken zur Seite gekippt. Dadurch verschiebt sich Deine komplette Wirbelsäule und das kann richtig wehtun. Also: Steh´ wie ein Cowboy - auf beiden Beinen!

- Schultaschen sind blöd...

...und lässig über einer Schulter getragen mag zwar cooler aussehen, ist aber Gift für Deinen Rücken. Bitte immer beide Riemen über die Schultern ziehen oder am langen Arm tragen.

- Heb das sofort auf...

Wenn Du etwas aufheben willst, stell Dich direkt vor den Gegenstand und gehe dann in die Hocke, um ihn aufzuheben.

- Durst macht dumm!

Nicht nur Dein Körper, sondern auch Dein Gehirn braucht ausreichend Flüssigkeit, um richtig zu funktionieren. Also, immer viel trinken und möglichst nicht nur Cola oder Limo... (zu viel Zucker, aber das ist ein anderes Thema!)

- Immer in Bewegung bleiben

Fernsehen und Computer sind dann ok, wenn Du Dich ausreichend an der frischen Luft bewegst. Egal, ob im Sportverein oder durch wildes Rumtoben im Garten. Bewegung ist gut für Deinen Rücken.

- „Das ist doch doof!“

Ja, ist es! Aber auch wir Erwachsenen versuchen uns daran zu halten und wenn Du es lange genug machst, merkst Du gar nicht mehr, dass es doof ist und Du machst es automatisch richtig.



Der Bund Deutscher Chiropraktiker (BDC) e.V. wurde 1994 als Berufsfachverband gegründet, um die amerikanische Chiropraktik, die sich als die effektivste und sicherste aller chiropraktischen Heilmethoden etabliert hat, bekannter zu machen. Insgesamt praktizieren in Deutschland 300 bis 400 hauptberuflich tätige Chiropraktiker, etwa ein Drittel davon ist im BDC organisiert. Der Bund bietet allen Chiropraktikern eine gute Plattform für einen regen Erfahrungsaustausch und ständige Weiterbildung sowie den Patienten die beste Möglichkeit, sich über Verfahren und therapeutische Wirkung zu informieren.

Weitere Infos unter: www.chiropraktik-bund.de



Geprüfte Qualität!

Es wird angestrebt, dass die Verbandsmitglieder alle zwei Jahre aufs Neue nachweisen, dass sie die Spezialtechniken beherrschen und gekonnt einsetzen, um weiterhin BDC-zertifiziert zu arbeiten.

MUSTERPRAXIS

Eva Mustermann
Hauptstr. 52
12345 Muster
Tel: 0123 4567
info@musterpraxis.de

www.musterpraxis.de



Kinder...

...und Chiropraktik!



Kinder und Chiropraktik

Ob Traumata von der Geburt, Stürze, wenn Ihr Kind laufen lernt, spielt oder Sport treibt, schwere Schultaschen - es gibt viele Situationen, bei denen die Wirbelsäule von Kindern starkem Stress ausgesetzt wird.

Werden die Nervenleitungen blockiert oder gar unterbrochen, kann ein neurologisches und sogar biochemisches Ungleichgewicht im Körper des Kindes entstehen. Das Kind wird anfälliger für Krankheiten, hat Schmerzen bis hin zu chronischen Beschwerden.

Ein Kind hat vor dem Erreichen des 16. Lebensjahres kein normales Schmerzempfinden. Deshalb kann diese Art komprimierter Nervenaustrittsstellen meist erst später im Leben Symptome auslösen.

Typische Beschwerden bei Kindern

- ADS, ADH, ADHS
- Allergien
- Asthma
- Bettnässen
- Chronische oder häufige Ohrentzündungen
- Entwicklungsstörungen oder -verzögerungen
- Infektanfälligkeit
- Kiss-Syndrom
- Lern- und Konzentrationsschwierigkeiten
- Schmerzzustände
- posttraumatische Fehlfunktionen im Bewegungsapparat (nach Stürzen oder Unfällen)
- Wahrnehmungsstörungen
- Wachstumsstörungen

Die erste Behandlung

Wenn Sie sich für die chiropraktische Behandlung Ihres Kindes entschieden haben, wird zunächst immer die Vorge-

schichte abgeklärt: Sind bei der Geburt Komplikationen aufgetreten, liegen Krankheiten vor, gab es Unfälle? All das wird zusammen mit den persönlichen Daten in einem Anamnesebogen erfasst. Falls Röntgenbilder vorliegen, werden diese hinzugezogen. Anhand der Befunde wird ein Behandlungsplan abgestimmt. Je nachdem, wo Störungen festgestellt wurden, wird mit sanften Impulsen das Nervensystem stimuliert.

Dadurch kann sich der Körper selbst regulieren. Das klassische „Einrenken“ ist bei Babys und Kleinkindern nicht zu empfehlen, da die Wirbelkörper zum Teil noch nicht verknöchert sind. Chiropraktik ist eine gezielte, sanfte und schmerzfreie Justierung mit einem Impuls, der etwa der Stärke entspricht, mit dem Sie die Reife einer Tomate prüfen.

Babys

Bei der Geburt muss die kleine Halswirbelsäule des Neugeborenen im Vergleich mehr Stress aushalten, als in jeder anderen Lebenssituation. Es bedarf keiner Zangen-, Saugglockengeburt oder keines Kaiserschnitts, um die Halswirbelsäule eines Babys zu verletzen. Dieser Geburtsstress auf den ersten oder zweiten Halswirbel kann Druck auf den Hirnstamm ausüben und das Immunsystem des Babys schwächen. Das Baby ist anfälliger für Krankheiten, obwohl es meist noch keine Anzeichen von Krankheit zeigt.



Schulkinder

Bei einem Kind mit einer Wirbelsäulenfehlstellung ganz oben in der Wirbelsäule liegt eine deutlich höhere Wahrscheinlichkeit vor, Lernstörungen zu entwickeln, wie zum Beispiel ADS, ADH, ADHS.

Durch die Korrektur des fehlgestellten Wirbels kann ein Kind eine höhere Konzentrationsfähigkeit erlangen und seine Lernfähigkeit gesteigert werden.

Schultaschen

Das Tragen von schweren Schultaschen und das lange Sitzen in Klassenräumen oder vor dem Computer ist eine der Hauptursachen für Haltungsschäden und komprimierte Nervenaustrittsstellen bei Kindern und Jugendlichen. Wir helfen Ihnen, die richtige Haltung zu lernen.

Heilung braucht Zeit

Chiropraktik ist eine effiziente und sichere Behandlungsmethode. Dennoch muss dem Körper die Zeit zur Selbstheilung gegeben werden.

Chiropraktik kann kurzfristige Erleichterungen bringen, möchte aber mit einem längerfristigen Behandlungsplan eine langanhaltende oder zumindest dauerhafte Besserung bewirken. Lassen Sie sich und Ihre Familie, auch wenn Sie keine offensichtlichen Beschwerden haben, genau wie Ihre Zähne, zweimal im Jahr durchchecken.

Heute eine gesunde Entscheidung treffen...
sichert ein gesundes Leben von morgen!