



Schnarchen und Schlafapnoe – Wirksame Unterstützung aus komplementärtherapeutischer Sicht

Schnarchen ist nicht nur lästig, sondern auch gefährlich, weil es sich mit zunehmenden Atemaussetzern zu einer Schlafapnoe entwickeln kann. Aus schulmedizinischer Sicht können fallspezifisch Empfehlungen ausgesprochen werden, die Betroffene zusätzlich unter Druck setzen. Das vielschichtige Entstehungsbild verlangt nach ganzheitlichen komplementärtherapeutischen Alternativen, die als effektive Unterstützungs- und Präventionsmaßnahmen wirken.

Inhalte

Aus einem breiten Spektrum unterschiedlicher atem- und körpertherapeutischer Methoden werden ausgewählte Atem-, Stimm-, Bewegungs- und Wahrnehmungsübungen insbesondere des Kopf-, Hals- und Rumpfbereichs vorgestellt. Sie erlernen spezifische taktile Interventionen zum gezielten Spannungsausgleich relevanter Muskulaturen.

Ziele

Die Teilnehmenden erweitern ihre Kenntnisse in

- Diaphragmenkorrespondenzen und differenzierten Tonusregulationen im Setting der Einzel- und Gruppenarbeit;
- den anatomisch-physiologischen sowie psycho-sozialen Hintergründen.

Voraussetzungen

- Offenheit für Behandlungsalternativen
- Interesse an komplementärtherapeutischen Methoden
- anatomische Grundkenntnisse
- medizinische oder therapeutische Erfahrung

Zielgruppe

- Komplementärtherapeuten
- Physiotherapeuten, Logopäden
- Psychologen, Psychotherapeuten
- Allgemeinmediziner und Fachärzte

Seminarleitung: Ingeborg Becker, Atemtherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie

Kosten: Fr. 240.-

Dauer: 7 Stunden

Daten: 22. September 2018

Zeit: 9:00 - 17:00 Uhr

Anmeldung:

LIKA GmbH, Fachschule Atem • Beratung • Therapie

Dorfstr. 1, CH-5233 Stilli b. Brugg, +41 (0) 56 441 87 38, www.lika.ch, info@lika.ch