

Video: Physiotherapieübung «Beispiel»

Donnerstag, 15. Februar 2018

Das Physiotherapie-Video «Beispiel» zeigt eine Übung speziell für Betroffene, die durch Spastik Probleme beim Gehen haben.

```
{"@context":"https://schema.org","@type":"VideoObject","name":"Physiotherapie-Übung: «Beispiel»","description":"Das aktuelle Physiotherapie-Video zeigt eine Übung zur Kräftigung des Hüftbeugers und zur besseren Kontrolle der Spastik beim Gehen. Die Übung kann gut vor dem Aufstehen als Vorbereitung fürs Gehen durchgeführt werden.","uploadDate":"2018-02-27","url":"https://www.youtube.com/watch?v=pnoFO5tBik0","thumbnailUrl":"https://i.ytimg.com/vi/pnoFO5tBik0/maxresdefault.jpg"}
```

«Steife Beine machen mir Mühe beim Gehen», erklärt die Protagonistin des zehnten Physio-Videos. Durch die Kräftigung der Hüftbeuger kann beim Gehen eine bessere Kontrolle der Spastik erlangt werden. Die Übung ist überall durchführbar, wo es einen Stuhl gibt. Zum Beispiel kann sie vor dem Aufstehen als Vorbereitung fürs Gehen durchgeführt werden.

>> weitere Videos von Physio-Übungen für zu Hause

Schweiz. MS-Gesellschaft, Brandrietstrasse 31, 8307 Effretikon

Tel. 043 444 43 43 | info@multiplesklerose.ch | www.multiplesklerose.ch