

Rectusdiastase postpartal Erkennen- prüfen- therapieren (Heller- Konzept)

Nr. 55133 inkl. 10€ Verpflegungspauschale

Julia Turek
Fortbildungsbeauftragte
Hebammenverband Baden-Württemberg

Höhenstraße 1
76359 Marzell

01577 89 52 98 3
fortbildungsebauftragte@hebammen-bw.de

Inhalte:

Eine meist wenig beachtete, dringend zu therapierende Rückbildungsstörung partum/post sectionem ist die Rektusdiastase.

Das ist das Lateralisieren der beiden Rektusmuskel, d.h. beide Rectii verlassen schwangerschaftsbedingt ihr Alinement (Zugrichtung) mit unterschiedlicher Ausbreitung.

Wenn dieser Rektusspalt breiter als 2 Querfinger ist, sollte bereits im Frühwochenbett mit einer therapeutisch reponierenden Grifftechnik unter Berücksichtigung aller funktionellen Basics begonnen werden.

Funktionelle Basics sind:

1. Atem nach kostoabdominal mit Betonung der Ausatmung
2. Rumpfstatik sichern und alle ADL´s besprechen
3. Basics für die Rückbildungsarbeit der ventrolateralen Rumpfwandmuskulatur
4. Lokales (segmentales) Stabilisieren der LWS

In diesem Workshop werden die o.g. Basics wie auch die reponierenden Grifftechnik sowie die weitergehende Behandlung für breite Rektusdiastasen erklärt und praktisch geübt.

Wann: 10. Oktober 2020 von 9:00-18 Uhr

Wo: Susan Holze-Apell, Landhausstr. 17, 69115 Heidelberg

Kosten inkl. Snacks und Getränken (in der Mittagspause kann auf eigene Kosten gespeist werden)

Mitglieder	120 €
Nichtmitglieder	150 €

Wir veranstalten ab 15 angemeldeten Teilnehmern

Wir bescheinigen 9,3 Fortbildungsstunden

