Fortbildungszentrum für medizinische Berufe
und Verein für Gesundheitsvorsorge
A-9020 Klagenfurt am Wörthersee | Waaggasse 18
Tel.: +43 (0) 463 / 55 141 | Fax: +43 (0) 463 / 500 141
office@fbz-klagenfurt.at | www.fbz-klagenfurt.at

Klagenfurt, im März 2024

Detailprogramm LG-Nr.: 24041

COVID 19 / LONG COVID
Aktive Nachsorge mit Yoga und viszeraler Mobilisation

HYBRID-Veranstaltung

7. Juni 2024

Unterrichtszeiten: 18:30 Uhr bis 21:30 Uhr

Eine Covid 19 Infektion hat vielseitige Auswirkungen auf den menschlichen Organismus. Weiterhin sind längerfristige Folgen im Sinne von Long-/ Post-Covid möglich. Dieses können vielseitige sehr dezente aber auch deutlich ausgeprägte Symptome und gesundheitliche Einschränkungen sein.

Sowohl bei milden als auch bei stärker ausgeprägten Folgen der Covid 19 Erkrankung lässt sich die Regenerationsphase mit Inhalten des Yoga und Techniken der Automobilisation effektiv unterstützen.

Aus dem Yoga werden in diesem Kurs spezifisch zu den Beschwerden von Post-/ Long-Covid ausgewählte Methoden aus dem Pranayama (Atemtechniken) sowie passende Asanas (Yogahaltungen) und Bewegungsübergänge (Flows) gelehrt und praktisch ausgeführt. Dabei wird der Bezug zu den im Körper ablaufenden Mechanismen bei und nach einer Covid 19 Erkrankung dargestellt um die oft sofortigen Effekte nachvollziehen zu können.

Organe müssen für eine uneingeschränkte Funktion mobil und beweglich sein. Die, aus der viszeralen Osteopathie abgeleitete, viszerale Automobilisation beschreibt die Mobilisation von Organen über aktiv ausgeführte Bewegungen. Es wird der Patientin/ dem Patienten somit ermöglicht selbstständig die Mobilität der Organe und damit des viszeralen Systems über Eigenübungen zu verbessern.
Als Folge der Mobilität wird automatisch auch das Gefäßsystem und damit die Blutversorgung sowie die nervale Innervation über das vegetative Nervensystem angeregt. Folglich wird das Organ optimal versorgt und für eine gute Beweglichkeit mobilisiert wodurch eine eingeschränkte Funktionsfähigkeit verbessert werden kann. Bei Covid 19 lassen sich diese Effekte unter anderem für die Lungenfunktion und für mehrere andere Organe nutzen.

Fortbildungszentrum für medizinische Berufe
und Verein für Gesundheitsvorsorge
A-9020 Klagenfurt am Wörthersee | Waaggasse 18
Tel.: +43 (0) 463 / 55 141 | Fax: +43 (0) 463 / 500 141
office@fbz-klagenfurt.at | www.fbz-klagenfurt.at

Mögliche Symptome von Post-/ Long-Covid und deren Beeinflussung mit den Inhalten dieses Kurses:
- Eingeschränkte Leistungsfähigkeit/ Kurzatmigkeit/ Abgeschlagenheit --> Förderung der Funktion der Lunge und des Herz-Kreislaufsystems über verbesserte Mobilität und effiziente Aktivierung durch viszerale Automobilisation und Pranayama

- Kopfschmerzen/ depressive Verstimmungen/ Konzentrationsprobleme --> Vitalisierende, ausgleichende Wirkung bei kognitiven/ mentalen Einschränkungen über physische und energetische Wirkungen des Yoga

- Gelenk- und Muskelschmerzen --> Förderung der Versorgung und damit der Funktion des Bewegungsapparates durch viszerale Automobilisation und passende Asanas aus dem Yoga
- Eingeschränkte Nieren- und Leberfunktion --> Förderung der Funktionsfähigkeit durch viszeraler Automobilisation und physische Verbesserung der Versorgung über Drainagefunktion mit Pranayama

Die optimale Wirkung der Selbstheilungskräfte zu ermöglichen ist die Zielsetzung der Möglichkeiten dieses Kurses. Dadurch wird eine möglichst schnelle und komplette Regeneration der beschriebenen Symptome bei und nach Covid 19 angestrebt. Die dafür genutzten Inhalte sind aktiv ausgelegt wodurch die behandelte Person in der Behandlung/ Betreuung und vor allem auch selbstständig zu Hause eigenverantwortlich für eine effektive und effiziente Genesung sorgen kann.

Referent: Julian Gaidys; B.Sc. Physiotherapie, Heilpraktiker, Osteopath, Chiropraktiker, Medical Yogalehrer

Unterrichtseinheiten: 4 UE (à 45 Minuten) / 4 Fortbildungspunkte

LG-Nr.: 24041
Änderungen vorbehalten !!!