

04.09.2018 – 08:00 Uhr

Internationaler Tag der Physiotherapie - Physiotherapie und psychische Gesundheit



Sursee (ots) -

Zum Internationalen Tag der Physiotherapie am 8. September betont der Schweizer Physiotherapie Verband physioswiss gemeinsam mit der Schweizer Arbeitsgruppe für Physiotherapie in der Psychosomatik und Psychiatrie die Bedeutung des körperlichen Trainings und der Physiotherapie im Bereich der Psychiatrie.

Regelmässiges körperliches Training kann das Risiko einer zukünftigen Depression reduzieren. Zudem kann durch Bewegung und andere körperzentrierte Therapien die Wirkung von psychiatrischen Behandlungen verstärkt werden. Die Physiotherapie hilft, psychische Symptome zu reduzieren und die körperliche Gesundheit zu verbessern.

Die Bedeutung der Physiotherapie und des körperlichen Trainings für die Psychiatrie wird leider oft unterschätzt. Der internationale Tag der Physiotherapie bietet die einmalige Gelegenheit, um auf das Potenzial der Physiotherapie in der Psychiatrie aufmerksam zu machen.

Physiotherapie auch für die Psyche

Körperliches Training kann das Risiko einer Depression reduzieren. Zum internationalen Tag der Physiotherapie am 8. September betont der Schweizer Physiotherapie Verband physioswiss den Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und psychischer Gesundheit.

Personen, die wöchentlich während mindestens 150 Minuten mit einer mittleren Intensität körperlich aktiv sind, reduzieren das Risiko einer zukünftigen Depression um bis zu 30 %. Der Zusammenhang zwischen physischer Aktivität und Depression wurde in einer Studie aufgezeigt, in der Daten von knapp 270'000 Personen analysiert worden waren.

In der Physiotherapie werden körperliche und psychische Krankheiten behandelt. Physiotherapeuten unterstützen beim Training und helfen, Strategien für einen gesunden und aktiven Alltag zu finden.

Kontakt:

Emanuel Brunner, T 079 206 23 15

Cristina Staub, T 076 339 97 57, cristina-staub@sunrise.ch

Pia Fankhauser, T 076 512 20 00, pia.fankhauser@physioswiss.ch & #8195;

Emanuel Brunner (PT, PhD)

Vorstandsmitglied SAG PPP

Vorstandsmitglied International Organisation of Physical Therapy in

Mental Health (IOPTMH)
Mitglied physioswiss

Cristina Staub (PT, PhD)
Vorstandsmitglied SAG PPP
Mitglied physioswiss

Roland Paillex (PT)
Zentralpräsident physioswiss
Vorstandsmitglied European Region World Confederation for Physical
Therapy

Pia Fankhauser (PT)
Vizepräsidentin physioswiss

Medieninhalte



Logo. Weiterer Text über ots und www.presseportal.ch/de/nr/100053896 / Die
Verwendung dieses Bildes ist für redaktionelle Zwecke honorarfrei.
Veröffentlichung bitte unter Quellenangabe: "obs/physioswiss"

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100053896/100819376> abgerufen werden.