

Sport bei Totalendoprothesen

(TEP)

WAS IST EINE TEP?

Eine Totalendoprothese – kurz TEP – ist ein künstlicher Gelenkersatz, wobei sowohl der Gelenkkopf als auch die Gelenkpfanne ersetzt wird.



TÄGLICH WERDEN WELTWEIT TAUSENDE VON ENDOPROTHESEN EINGESETZT

Die körperliche Belastbarkeit wird von TEP – Träger*innen – nach Operationen, Anschlussheilbehandlung und Einzelphysiotherapie – sehr unterschiedlich beurteilt. Oft entwickeln die TEP – Träger*innen nach Beendigung der therapeutischen Begleitung ein Gefühl der ängstlichen Besorgtheit vor einer Auslockerung der Totalendoprothese.

UND **GENAU HIER** BEGINNT DIE AUFGABE UNSERER TEP-GRUPPE:

- Verbesserung der Beweglichkeit
- Erhalt und Aufbau der Muskulatur (Schulter-, Rumpf-, Lenden-, Becken und Beinmuskulatur)
- Schulung von Gleichgewicht und Koordination

Darüber hinaus erfolgt immer wieder eine Erörterung von Alltagsproblemen und Empfehlung zu individuell günstigen bewegungstherapeutischen Aktivitäten.



KURSLEITER:

Oliver Bichtemann

Staatlich geprüfter
Bewegungspädagoge mit
B-Rehasport-Lizenz

Tel.: 0172-4583428

Wo findet die Gruppe statt?

Sporthalle West

Breslauer Alee 55

WANN?

AB dem 02.11.21

Dienstags

16:30 – 17:30 Uhr

TC - HAMELN
Geschäftsstelle:
Rennacker 2
31787 Hameln

info@tc-hameln.de

05151 - 62830