

Ratgeber Schwindel

Grundlagen, Tipps und Übungen für Betroffene

Welche Übungen bei welcher Art von Schwindel? Dieser Ratgeber informiert Sie über die wichtigsten Schwindelarten und Symptome inkl. ihrer Ursachen.

Sie erhalten konkrete Anleitungen, welche Übungen helfen, die verschiedenen Arten von Schwindel zu lindern oder sogar zu beheben. Anschauliche Zeichnungen und ergänzende Videos auf der Homepage des Autors machen es besonders leicht, die einzelnen Übungen praktisch umzusetzen und so selbst aktiv zur Genesung beizutragen.

Folgende Themen werden behandelt: Ursachen und Krankheitsbilder, Therapieansätze, Gleichgewicht, Lagerungsschwindel, vestibuläres System, Augenbewegungen, Spürsinn der Füße/Beine, Abbau visuelle Abhängigkeit, Halswirbelsäule, Blutdruck und Kreislauf, emotionale Beteiligung, multifaktorieller Schwindel.

Die praktische Spiralbindung macht das Buch besonders benutzerfreundlich.

Welche Übungen bei welcher Art von Schwindel? Dieser Ratgeber informiert Sie über die wichtigsten Schwindelarten und Symptome inkl. ihrer Ursachen. Sie erhalten konkrete Anleitungen, welche Übungen helfen, die verschiedenen Arten von Schwindel zu lindern oder sogar zu beheben. Anschauliche Zeichnungen und ergänzende Videos auf der Homepage des Autors machen es besonders leicht, die einzelnen Übungen praktisch umzusetzen und so selbst aktiv zur Genesung beizutragen. Folgende Themen werden behandelt: Ursachen und Krankheitsbilder, Therapieansätze, Gleichgewicht, Lagerungsschwindel, vestibuläres System, Augenbewegungen, Spürsinn der Füße/Beine, Abbau visuelle Abhängigkeit, Halswirbelsäule, Blutdruck und Kreislauf, emotionale Beteiligung, multifaktorieller Schwindel. Die praktische Spiralbindung macht das Buch besonders benutzerfreundlich.



22,00 €
22,00 € (zzgl. MwSt.)

*sofort versandfertig, Lieferzeit: 1-3
Werktage*

Artikelnummer: 9783437458255
Medium: Buch
ISBN: 978-3-437-45825-5
Verlag: Urban & Fischer/Elsevier
Erscheinungstermin: 23.09.2019
Sprache(n): Deutsch
Auflage: Erscheinungsjahr 2019
Produktform: Kartoniert
Gewicht: 464 g
Seiten: 134
Format (B x H): 217 x 272 mm

