



Keine Ruhe für den Hasen

In der Physiotherapiepraxis Michaela Mundt

Links, rechts. Nur noch ein Verteidiger. Der Torwart steht falsch. Schuss... Autsch! Schmerz.

Arztbesuch. Bänderdehnung! Was nun? Physiotherapie!

Ich entscheide mich für die neue Praxis „Physiotherapie Michaela Mundt“ im Hansaviertel. Warum? Das Team ist jung, gut ausgebildet – und lebt spürbar seinen Traumjob. Inhaberin Michaela Mundt, ihr Mann David, die Mitarbeiter Katrin Wichmann und Mandy Podschus sowie Praktikant Christoph Jänicke gehen darin auf, Patienten binnen der vorgeschriebenen Behandlungsdauer Bestmögliches angedeihen zu lassen. Zudem: Wände in frischen Farben, Laminat in warmen Holzönen und separate Behandlungsräume vermitteln sofort Wohlfühlen und Privatsphäre.

Ich humpele vorsichtig mit meinem geschwollenen Fuß in die Praxis in der Bre-

mer Straße 39. Michaela Mundt entdeckt sofort die Herkunft meines Handicaps: „Beim Sport umgeknickt?“ Ich lächle gequält.

Ein ausführlicher Befund folgt. Michaela will wissen, wie und wann es passierte. Nahezu unbemerkt ertastet sie, wo das Problem liegt. „Das ist ein Muss“, so die souveräne Physiotherapeutin. Der Test hilft zu erkennen, ob ich meinen Fuß grundsätzlich falsch belaste – oder ob meine Bänderdehnung ein im wahrsten Sinne des Wortes einmaliger Ausrutscher war. Im späteren Behandlungsverlauf nimmt Michaela eine Ganganalyse vor. Puh! Im Moment schmerzt mein Fuß und ist geschwollen. Nach dem Schmerzbefund weiß Michaela jedoch Abhilfe. Ich bekomme ein Entlastungstape und einen entscheidenden Rat: „Auch wenn es schmerzt, den Fuß bewegen!“ So unglaublich es klingt, nur dadurch werde ich schneller wieder

gesund. „In der Natur hoppelt der Hase ja auch gleich weiter und braucht keine sechs Wochen Ruhe“, so Michaela.

Drei Tage später: Die Schwellung ist fort, die Schmerzen zum Großteil ebenfalls. Nun folgt die eigentliche Behandlung. Je nach Rezept und Art der Diagnose kann ich Massagen, Wärmetherapie, manuelle Lymphdrainagen, Elektrotherapie, das Taping und v. a. den Trainingsraum nutzen. Innerhalb der sechs verschriebenen Behandlungen belastet Michaela meinen Fuß immer stärker. Im Laufe meiner Besuche komme ich „rum in der Praxis – von Behandlungsraum zu Behandlungsraum. Auch osteopathische Techniken und eine Menge anderer Therapieformen und Leistungsangebote sind möglich: von der Massage über Rückenschule bis hin zum Hausbesuch.

Im großen Trainingsraum entdecke ich ungewöhnliche Geräte. Michaela schmunzelt: „Wir sind jung und gehen daher neue Wege.“ Das weiß auch Tobias Jänicke zu schätzen. Der 20-jährige Shooting-Star der aktuellen Mannschaft des FC Hansa Rostock wird von der „Physiotherapie Michaela Mundt“ betreut. Er kann das komplette Therapie-Angebot nutzen. Vor allem hat es dem Nachwuchstalant das so genannte propriozeptive- und reaktive Training angetan. Dabei geht es auch um den Aufbau und das ständige Fordern der Muskeln. Aber: vor allem dreidimensional und nicht einseitig! Der ganze Körper wird



gefordert, vor allem der Gleichgewichtssinn. Dafür stehen im Trainingsraum der „Physiotherapie Michaela Mundt“ u. a. Geräte wie ein „Sypoba“ oder der „Sling Trainer“ zur Verfügung. Auch das reaktive Training steht jedem Patienten zur Wahl offen – egal ob gesetzlich oder privat versichert; ganz gleich, ob Hobby-Radfahrer oder Profisportler; unabhängig davon, ob verletzt oder für Prävention und Training. Ein vorsichtiges Fragen beim Arzt des Vertrauens hilft. Dennoch ist es möglich, solche und alle anderen Leistungen auch ohne Rezept selbst zu bezahlen.

Auch das ist ein Ziel der Praxis: das Wissen nicht nur Profisportlern, sondern auch der Allgemeinheit zugute kommen zu lassen. Kein Wunder, dass ebenfalls der 1. LAV Rostock zu den Nutzern des Physiotteams gehört. Rostocks Leichtathletikverein, der im Leistungs- wie im Breitensport aktiv ist, wird von der „Physiotherapie Michaela Mundt“ bei allen Sportveranstaltungen betreut.

Ich ab jetzt auch. Mein rechter Fuß ist seither Torgarant.

Text: Dirk Nordmann