Distension: Häufige und typische Sportverletzung

Über die konservative Behandlung einer Muskelzerrung bei SPORTHOMEDIC

Werden Muskeln überbeansprucht, kommt es schnell zu einer Zerrung. Bei Schmerzen sollte zeitnah ein Arzt aufgesucht werden, damit keine schlimmeren Folgen drohen. Sportler mit einem Verdacht auf Distension sind in der sportorthopädischen Praxisklinik SPORTHOMEDIC in Köln in besten Händen.

"Was ist eine Zerrung? Mit dieser Frage werden wir in unserer Praxisklinik häufig von Patienten konfrontiert", erklärt Prof. Dr. med. Oliver Tobolski, ärztlicher Direktor von SPORTHOMEDIC. "Haben wir uns beispielsweise nicht ausreichend vor dem Sport aufgewärmt und machen dann eine forcierte Bewegung, kommt es zu einer Veränderung der physiologischen Vorspannung der Muskulatur - eine solche Überdehnung nennen wir Distension bzw. Muskelzerrung."

Ist die Funktion der Muskulatur gestört, kann dies weitreichende Auswirkungen und weitere Verletzungen zur Folge haben. Darum sind eine angemessene Reaktion und eine schnelle ärztliche Behandlung sinnvoll. Bei heftigen Schmerzen und tastbaren Verhärtungen sind die Elemente der sogenannten PECH-Regel zentral: Pause, Eis, Compression und Hochlagern.

In der Praxisklinik stellen die Spezialisten eine detaillierte Diagnose und nutzen dafür unter anderem Ultraschall. Mit gezielten physiotherapeutischen Übungen, Tapings, Lasertherapie und Schmerzmitteln kann so die Entspannung und Heilung der Muskeln herbeigeführt werden.

"Unser Ziel ist es, einem drohenden Muskelfaserriss oder Muskelbündelriss vorzubeugen und unsere Patienten so schnell wie möglich wieder in eine schmerzfreie Bewegung zu bringen", so Prof. Dr. med. Oliver Tobolski abschließend.

Mehr Informationen zum Thema Distension , Chirotherapie oder Schmerztherapie Liebscher und Bracht sind auf https://www.sporthomedic.de zu finden.

Pressekontakt

wavepoint GmbH & Co. KG

Frau Lisa Petzold-Sauer
Bonner Straße 12
51379 Leverkusen

https://wavepoint.de
info@wavepoint.de

Firmenkontakt

MVZ SPORTHOMEDIC GmbH - Sportorthopädische Praxisklinik Köln

Herr Prof. Dr. med. Oliver Tobolski
Bonner Straße 207
50968 Köln

https://sporthomedic.de
info@sporthomedic.de

Bewegung ist Leben und Leben ist Bewegung. Nach diesem Leitbild setzen die spezialisierten Fachärzte von SPORTHOMEDIC - der sportorthopädischen Praxisklinik im Kölner Süden - ihre gebündelte Kompetenz dafür ein, Menschen mit Sportverletzungen und orthopädischen Erkrankungen schnell wieder zurück in die Bewegung zu bringen. Diagnosen werden auf höchstem wissenschaftlichem Niveau unter Zuhilfenahme schonendster bildgebender Verfahren gestellt und individuelle Therapien für eine zügige Rehabilitation angewandt. Dabei verbindet SPORTHOMEDIC Spitzenmedizin mit menschlicher Zuwendung und stellt durch permanente Weiterbildung jederzeit die beste Behandlung sicher. Das hauseigene Zentrum für Bewegungsanalyse ist durch individuelle Trainingsberatung sowie Betreuung von Leistungs- und leistungsorientierten Sportlern das Bindeglied zwischen Prävention und Therapie.