

*#ErstDiagnostikDannTherapie*  
*#DeineGesundheitInGutenHänden*

Wir sind ein Team von qualifizierten, zertifizierten Osteopathen, Physiotherapeuten und Heilpraktikern mit langjähriger Praxis- und Lehrerfahrung.

Aktuelle **Wissenschaft und Forschung** fließen in unsere Therapie mit ein.

Unsere Therapie gibt Ihnen die Möglichkeit, **fachübergreifend und ganzheitlich** Ihre individuellen Gesundheitswünsche zu berücksichtigen und zu behandeln.

Unser Erfolg basiert auf **Teamarbeit und gegenseitiger Unterstützung**. Es geht nicht nur um individuelle Leistungen, sondern um das Miteinander. **Gemeinsam arbeiten wir Hand in Hand**, um Ihre Gesundheit bestmöglich zu fördern.

Unsere **Rezeption** hilft Ihnen, den passenden Therapeuten für Ihr Anliegen zu finden.

**Wissenschaftliche Tätigkeit / Verbandszugehörigkeit**



Verband der Osteopathen  
Deutschland e.V.  
In besten Händen.



**Ralf Vogt MSc., DO**  
**Fachl. Leitung: Elke Sylvia Vogt**  
(Physiotherapeuten / Heilpraktiker / Osteopathen)

In der RauPassage (2. OG)  
Hauptstraße 17 - 89257 Illertissen

87700 Memmingen:  
Privatpraxis Verena Dislich, Fuggergasse 3

Email: [praexisvogt@gmx.de](mailto:praexisvogt@gmx.de)

Telefon: 07303.901594 - [www.koerper-raum.de](http://www.koerper-raum.de)

# Osteopathie

bei emotionalen und körperlichen  
Verletzungen (Traumen)



TERMIN-  
VEREINBARUNGEN  
UNTER:  
07303.901594

...sanfter Weg zur Genesung  
und zu mehr Lebensqualität.

*Wir sind für Euch da!*



## Sanfter Weg zur Genesung und zu mehr Lebensqualität.

### Verbindung von Körper und Psyche:

Körper und Psyche sind untrennbar miteinander verbunden. Jede emotionale Verletzung kann körperliche Auswirkungen haben, und umgekehrt beeinflusst ein körperliches Trauma oft unsere emotionale Gesundheit.

### Sanfte manuelle Techniken:

Wir verwenden sanfte, manuelle Techniken, um Blockaden im Körper zu lösen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. In der Behandlung von Traumata setzen wir sowohl den biodynamischen Ansatz der Osteopathie ein als auch Somato-Emotionale Entspannung nach Upledger ein. Beide Therapieansätze behandeln sanft vor allem das vegetative Nervensystem und das Faszien-system. Die Osteopathie unterstützt den Körper dabei, sich zu regenerieren und die Balance wiederzufinden.

### Individuelle Betreuung:

Jeder Mensch ist einzigartig, und so gestalten wir unsere Behandlungen individuell. Wir hören zu, erkennen Ihre Bedürfnisse und begleiten Sie auf Ihrem Weg zur Genesung.

### Traumtypen: Die vier Gesichter von Trauma

Jeder Mensch erlebt Traumata, und diese Erfahrungen hinterlassen oft Spuren in unserer Persönlichkeit und im Körper. Die Reaktionen auf traumatischen Stress können zu Teilen unserer Identität werden. Der Psychotherapeut Pete Walker hat die sogenannten "4 F-Reaktionen" geprägt, die verschiedene Strategien zur Bewältigung von Gefahren beschreiben:

**Fight (Kampf):** Diese Reaktion ist von einem Adrenalinschub geprägt und der Bereitschaft, eine wahrgenommene Bedrohung zu konfrontieren.

**Flight (Flucht):** Hier geht es darum, sich zurückzuziehen und vor der Gefahr zu fliehen.

**Freeze (Starre):** Die Starre tritt ein, wenn wir uns wie gelähmt fühlen und nicht mehr handeln können.

**Fawn (Bindung):** Diese Strategie beinhaltet das Anpassen an andere, um Konflikte zu vermeiden.

Jede dieser Strategien ist im richtigen Maß sinnvoll und notwendig.

### Langfristige Auswirkungen:

Über Jahre hinweg im Freeze-Zustand zu verharren, kann zu chronischen Schmerzen, Verspannungen und einer Fehlregulation von Blutdruck, Herzfrequenz, Verdauung, Stoffwechsel führen. Auch Burnout-Syndrom, Nebennierenschöpfung, Fatigue-Syndrom, Hormonstörungen, bei Frauen zu ausbleiben der Periode, unerfülltem Kinderwunsch, etc. können Auswirkungen sein, sowie eine gestörte Körperwahrnehmung.

### Herzensthemen: Sternenmamas und -papas:

Nach Fehl- oder Stillgeburten, dem Verlust eines geliebten Menschen oder einem Unfall können tiefe emotionale Wunden entstehen.

*Wir sind für Euch da!*

# OSTEOPATHIE