

EMG-Screening (Muskeltonusmessung)

Muskuläre Verspannungen manifestieren sich häufig im Bereich der Rückenmuskulatur, insbesondere im Schulter-Nackebereich. Mit Hilfe der EMG-Messungen wird der muskuläre Spannungszustand objektiviert, um einen konkreten Ansatz für gezielte Interventionen zu finden. Nach kurzer Messung wird der Spannungszustand im Seitenvergleich ermittelt und ausgewertet.

Das Verfahren bietet zudem Möglichkeiten eines Biofeedback-Trainings, indem die Spannungswerte von der Testperson online verfolgt und mit geeigneten Maßnahmen (Atemtechniken, Entspannungsübungen, gezielte Muskeldehnung u.a.) unmittelbar beeinflusst und kontrolliert werden können.

Fakten auf einen Blick:

- ✓ Messung des Muskeltonus im Schulter-Nackebereich
- ✓ Muskelspannungszustand im Seitenvergleich
- ✓ Erlernen einfacher Techniken zur unmittelbaren Muskelentspannung (Biofeedback)
- ✓ Sensibilisierung und persönliche Standortbestimmung der Verspannung in Schulter-Nackebereich
- ✓ Information und Aufklärung zum Thema Ergonomie, Stress und Verspannungen



