

# Atemtherapie



## Logopädie & Atemtherapie Carmen Tietz

Breslauer Str. 37

35305 Grünberg

Tel.: 06401 2279476

[www.logo-carmentietz.de](http://www.logo-carmentietz.de)  
[info@logo-carmentietz.de](mailto:info@logo-carmentietz.de)

Das ganze Geheimnis des Lebens steckt in der Atmung. (O.M. Aivanhov)

# Einsatzgebiete – Indikationen

- Lungen- und Atemwegserkrankungen (z.B. Asthma, COPD, Pneumonie, Post-COVID, Long- COVID)
- Erkrankungen des Bewegungsapparates, z.B. Rückenschmerzen, Arthrose
- chronische Schmerzsyndrome
- funktionelle Störungen der inneren Organe, z.B. Verdauungsprobleme
- neurologische Erkrankungen (z.B. Morbus Parkinson, MS, ALS)
- Erkrankungen der Stimme
- psychosomatische Erkrankungen
- Intensivmedizin
- Palliativmedizin
- Erschöpfungszustände
- Prävention
- Entspannung und Wohlbefinden

## Therapieziele können sein:

- Regulation der Atembewegung, der Atemfrequenz und des Atemvolumen
- Aktivierung der Zwerchfelltätigkeit und -beweglichkeit
- Entspannung
- Verbesserte Wahrnehmung für den eigenen Atemrhythmus
- Verbesserung der Körperwahrnehmung und Selbsthilfekompetenz



Und je freier man atmet, je mehr lebt man. (Theodor Fontane)