

MTT – Medizinische Trainingstherapie

Die medizinische Trainingstherapie ist ein physiotherapeutisches Behandlungskonzept, das vor allem in der späten Phase der Rehabilitation zum Einsatz kommt.

Das Ziel der medizinischen Trainingstherapie ist die Wiederherstellung und Verbesserung der muskulären Funktionen wie Kraft, Ausdauer, Stabilität und Koordination.

Die Therapie besteht ausschliesslich aus aktiven Übungen, die je nach Problematik individuell angepasst werden.

MTT wird vom Arzt meist für drei Monate verschrieben. Nach den Einzeltherapien beim Physiotherapeuten wird das zusammengestellte Trainingsprogramm selbstständig zweimal pro Woche weitergeführt.

Während den drei Monaten besteht die Möglichkeit, zwei Termine beim Physiotherapeuten zu vereinbaren, um den Trainingsplan anzupassen. Damit diese Anpassungen möglich sind, empfehlen wir Ihnen, eine Physiotherapie-Verordnung und eine MTT-Verordnung bei Ihrem Arzt einzuholen.