



Andrea Kohnen

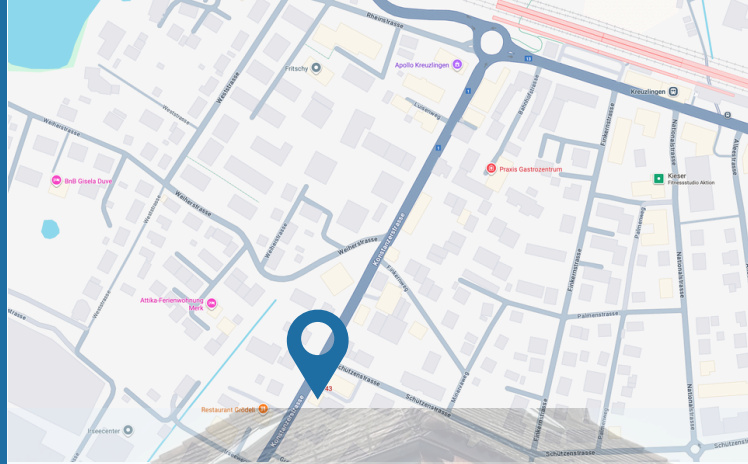
Dipl. Physiotherapeutin

Meine Praxis lasse ich für Sie in einem neuen Licht erstrahlen - durch meine ganze Erfahrung, die ich in den letzten Jahrzehnten gesammelt habe.

Praxis seit 2006
Dipl. Physiotherapeutin
Physiotherapeutische Leitung
HNZB Münsterlingen
Pflegefachfrau
Trainertätigkeit
Achtsamkeitslehrerin

Meine Leidenschaft gilt der ganzheitlichen Begleitung – körperlich wie seelisch.

Mein Weg führte mich über verschiedene Stationen in der Akut- und Rehabilitationsmedizin mit besonderem Fokus auf Herz-, Neurochirurgie, Neurologie und Orthopädie.



So finden Sie mich

Konstanzerstrasse 43
CH-8280 Kreuzlingen

Termine

Montag - Freitag
nach Vereinbarung

Kostenübernahme

Abrechnung über Grundversicherung
mit ärztlicher Verordnung oder privat

©Physio-Kohnen Unfallflyer V001

Tel. +41 76 – 723 40 37
info@physio-kohnen.ch
www.physio-kohnen.ch



Physiotherapie Andrea Kohnen



Kreuzlingen



Therapie bei Arthrose

Tel. +41 76 – 723 40 37
info@physio-kohnen.ch
www.physio-kohnen.ch



Natürlich gesund – ich begleite Sie achtsam auf Ihrem Weg zu mehr Wohlbefinden und Lebensqualität

In meiner Praxis stehen Sie als Mensch im
Mittelpunkt bei:

Rückenschmerzen, **Arthrose**,
neurologischen Erkrankungen,
chronischen Schmerzen,
zur Rehabilitation nach einem Unfall
oder bei dem Wunsch nach mehr
Achtsamkeit im Umgang
mit dem eigenen Körper.

**Bei eingeschränkter Mobilität komme ich
gerne zu Ihnen nach Hause.**



Was ist Arthrose?

Arthrose ist ein Gelenkverschleiß, der im Alter,
nach Unfällen oder durch Überlastung
entstehen kann. Typisch sind Steifheit am
Morgen und Schmerzen bei Belastung.

Bewegung, die gut tut Ihr Trainingsplan

Gemeinsam erstellen wir einen
individuellen Behandlungsplan mit gezielten
Übungen und sanften Techniken.



Ziele der Therapie

- Schmerzfreiheit oder Schmerzlinderung
- Verbesserung der Beweglichkeit
- Gelenkfunktionen verbessern
- Gelenkersatz hinauszögern oder vermeiden
- Gelenkschmiere anregen – für eine bessere
Gleitfähigkeit und Stoffwechsel im Gelenk
- Muskelaufbau – für mehr Stabilität und
Belastbarkeit
- Dass Sie Ihren Alltag wieder aktiver und
leichter gestalten können

Therapien

Medizinische Physiotherapie

Arthrose - Therapie

Rücken- und Haltungsschule

Manuelle Therapie

Myoreflextherapie

Triggerpunkttherapie

Dry Needling

Boeger - Therapie

Manuelle Lymphdrainage

Kinesiologie Tape

Bobath - Therapie

Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation

Atemtherapie

Polyvagal - Therapie

Achtsamkeitstraining MBSR

Pilates

Yoga