

WORKSHOPS

Raum 4 · 2. OG (Dachseminarraum)

10:30–11:00 | **Medi**

Medizinisch Adaptive Kompression in der Praxis

11:00–11:30 | **Urgo**

URGO K1: so einfach und effektiv geht Kompression heute

11:30–12:00 | **Birgitt Suntheim**

Faszien verstehen – Workshop

12:30–13:00 | **Thiel**

Kompressions-Tools: Richtig Anlegen und Pflegen – Workshop zum Nutzen von Anziehhilfen, Gummihandschuhe, Hautpflege unter dem Kompressionsstrumpf, Pflege der Kompressionsstrümpfe und Tipps für den Sommer

13:30–14:00 | **Urgo**

URGO K1: so einfach und effektiv geht Kompression heute

14:30–15:00 | **Thiel**

Massage-Tools im Test – Einsatz von Noppenbällen, Igelbälle, Faszienrollen (sanft angewendet) um Verklebungen im Gewebe zu lösen und den Abfluss anzuregen; Cupping; Narbentherapie

15:00–15:30 | **Medi**

Circaid Juxtafit – Schmerzreduktion einfach gemacht

15:30–16:00 | **Thiel**

Nachtkompression – was macht Sinn, was ist möglich?

16:00–16:30 | **Birgitt Suntheim**

Faszien verstehen – Workshop

16:30–17:00 | **Kati Mund**

Selbstmassage für Arme, Oberkörper und Beine – Techniken zur Entstauung mit kleinen Hilfsmitteln

VORTRÄGE

Raum 3 · 1. OG (Seminarraum mit Leinwand)

10:30–11:00 | **(Start)**

Begrüßung und Einführung

11:00–11:30 | **Birgitt Suntheim**

Faszien verstehen – Beweglichkeit und Wohlbefinden bei Lip- und Lymphödem

11:30–12:00 | **L&R**

Neue Leitlinie Kompression – Ready Wrap auch in der Lipalgie zur Schmerzreduktion und u. U. bei der Lymphödemtherapie in der Erhaltungsphase empfohlen

12:30–13:00 | **Nina Rinkleff**

Stille Entzündungen – was ist das und wie finde ich heraus, ob ich davon betroffen bin?

13:30–14:00 | **Hanna Czubayko**

„BEWEGUNG ist LEBEN“ – Wie ich mich leichter bewegen kann trotz körperlicher Einschränkungen.

14:00–14:30 | **Birgitt Suntheim**

Faszien verstehen – Beweglichkeit und Wohlbefinden bei Lip- und Lymphödem

14:30–15:00 | **Lohmann Rauscher**

(Vortrag – Details folgen)

15:00–15:30 | **Hanna Czubayko**

„BEWEGUNG ist LEBEN“ – Wie ich mich leichter bewegen kann trotz körperlicher Einschränkungen.

15:30–16:00 | **Nina Rinkleff**

Stille Entzündungen – was ist das und wie finde ich heraus, ob ich davon betroffen bin?

16:00–16:30 | **Kati Mund**

Lipödem und Ernährung – was wir wirklich beeinflussen können



AUSSTELLUNGSBEREICH

- Erprobung von apparativer Kompression für Lymph- und Lipödempatienten
- Erprobung von apparativer Kompression für Ulcus-Cruris-Patienten und als Thromboseprophylaxe
- Geschicklichkeitsspiele + Fotobox mit Lieblingsgadgets