

Hintergrund:

Wärmeapplikationen stimulieren vorwiegend Thermorezeptoren. Weichteiltechniken stimulieren vorwiegend Mechanorezeptoren. Die Idee hinter dem **MoCoRoller** ist, durch die Kombination beider über Wechselwirkungen mehr als nur die Summe der Einzeleffekte zu erzielen.

Bisher gibt es dazu die Erfahrungsevidenz von TherapeutInnen in der Motorischen Therapie und PatientInnen in der Eigenanwendung. Eine wissenschaftliche Überprüfung der vermuteten Wirkungswege steht noch aus.

Ein Erklärvideo wurde gemacht, um es PatientInnen zu ermöglichen, sich die in der Praxis erfahrene Maßnahme zuhause von Angehörigen auch an den Körperstellen durchführen zu lassen, die sie selber nicht erreichen. Diese Helfer brauchen dazu Anwendungs-Information. Das Video ist zu diesem Zweck hier hinterlegt <https://vimeo.com/713576751>

Vorteile der Ausrüstung:

- Geringe oder keine Anschaffungskosten. Glasflasche und heißes oder kaltes Wasser gibt es in jedem Haushalt.
- Einfaches Handling; kann auch gut auf Hausbesuche mitgenommen werden.
- PatientInnen können bereits während der Anwendung in die Eigenanwendung eingewiesen werden. Dabei wird auch deren Gesundheitskompetenz und das Erfahren von Eigenwirksamkeit erhöht.

Vorteile der Anwendung:

Die bewegende Wärme ist vor oder nach jeder therapeutischen Maßnahme einsetzbar. Auch als alleinige Maßnahme hat sie ihre Berechtigung- bspw. wo es nur um Spannungsreduktion zur Schmerzdämpfung geht. Ebenfalls sinnig ist es zum Energiemangelausgleich bei entsprechender Aufgabenstellung, im Sinne einer bewegenden Moxa-Anwendung.

Oberflächlicheres Durcharbeiten des Gewebes erzielt eher Wirkungswege auf und über das Vegetative Nervensystem (Fascia superficialis) mit Wechselwirkungen in die Struktur und Energiekreisläufe. Tieferes Durcharbeiten des Gewebes erzielt eher Wirkungswege auf struktureller Ebene in und zwischen den verschiedenen Organen (Fascia profunda) mit Wechselwirkungen in die Informationsebene und Energiekreisläufe.

Schmerz- und ROM- Effekte setzen sofort ein und ermöglichen Bewegungsräume, die dann ihrerseits die Wege in die Nachhaltigkeit eröffnen: Wer erlebt, wie schnell z. B. ein unter Spannung stehender paretischer Arm locker wird, wenn man ihn, beginnend beim M. Pectoralis einige Minuten im Sinne einer mobilisierenden Massage mit dem **MoCoRoller** durcharbeitet, wird ihn nicht mehr missen wollen. Man gewinnt Zeit für das Training der so ermöglichten oder optimierten Aktivitäten- im Sinne des Motorischen Lernens.

*Ich hoffe, diese Gedankensplitter reichen aus, das Spektrum der Möglichkeiten mit dem **MoCoRoller** zu erahnen und sich zum Ausprobieren anregen zu lassen!*

(:-) Uta Krugmann