

# PHYSIO FDR SPORT

## DIE SPORTPHYSIOTHERAPIE IM RHEINTAL

Am 1. September 2022 eröffnete Dr. Fabio Di Rosa an der Widnauerstrasse 1 in Heerbrugg die Physio FDR Sport Praxis. Die Physio FDR Sport bietet die besten Sportphysiotherapien, allgemeine Physiotherapie sowie hochfunktionelle und moderne Reha- und Sportgeräte an. Bekannt im Rheintal ist Fabio Di Rosa als der «mobile Physiotherapeut» mit seiner Praxis «Physio a domicilio» in Diepoldsau. Um der grossen Nachfrage gerecht zu werden eröffnete er letztes Jahr seine zweite Praxis in Heerbrugg. Auf 150 Quadratmetern befinden sich drei Behandlungsräume sowie ein Fitnessbereich für MTT (Medizinische Trainings Therapie).

Wir wollten von Dr. Fabio Di Rosa mehr erfahren. Hier das Interview mit Susi Miara.

### Was unterscheidet Physio FDR Sport von anderen Physiopraxen?

Wir sind komplett rollstuhlgängig, ebenerdig und mit kostenlosen Parkplätzen gleich neben der Praxis. Die Innenarchitektur sowie die Geräte wurden mit grösster Sorgfalt und Stil ausgesucht. Deshalb auch die goldigen Wände und die Spezialanfertigungen der Liegen. Aber viel wichtiger ist, dass wir die besten Physiotherapeuten an Bord haben, die auf einen hohen Ausbildungsstandard zurückgreifen können und sich stets weiterbilden, um dem Patienten immer die bestmögliche Behandlung zu bieten. Das zeigt sich auch im Service wieder. Wir haben eine Notfallnummer, unter welcher wir auch am Wochenende erreichbar sind. Wir öffnen morgens um 7 Uhr und schliessen Montag und Mittwoch um 20 Uhr abends, um auch weniger flexiblen Patienten die Möglichkeit für einen geeigneten Termin zu geben. Domizilbehandlungen gehören zu unserem Alltag, und

online auf physiofdr.ch kann man seine Termine buchen, wann immer man möchte.

### Sie bieten sehr viele Behandlungsmethoden an. Braucht es dafür spezielle Ausbildung?

Ja, die braucht es. Die Allgemeine Physiotherapie bietet nur die Basis des Könnens eines Physiotherapeuten. Die Behandlungsmethoden und Techniken entwickeln sich stets weiter. Darum ist es uns sehr wichtig, «nicht stehen zu bleiben» und dass jeder unserer Therapeuten das Beste gibt.

### In Ihrer Praxis fühlt man sich wie in einem Wellnesshotel. Die Farbe Gold dominiert. Warum haben Sie sich für dieses Ambiente entschieden?

Weiss wird oft mit «steril» und mit «kalt» verbunden. Auch «anonym» würden wir mit auf die Liste nehmen. Das wollten wir nicht. Der Besuch oder das Training bei uns soll angenehm sein, der Patient muss sich wohl fühlen. Nicht nur bei seinem Therapeuten, sondern auch mit der Umgebung. Alles andere, nur nicht Standard.

### Neben allgemeinen Physiotherapiepatienten behandeln sie auch viele Sportler. Ist die Sportphysiotherapie ein spezielles Angebot Ihrer Praxis?

Ja, unser Cheftherapeut Herr Dr. Di Rosa ist selbst Sportler und betreut Sportvereine seit Beginn seiner Karriere. Selbst seinen Doktorarbeit hat er – in Zusammenarbeit mit dem Fussballverein Novara (Italien) – über Sportverletzungen und wie diese verhindert werden können, geschrieben. Es liegt der Physio FDR Sport viel daran, auch Sportler wieder schnellst-

möglich fit zu bekommen. Dabei haben wir Patienten aus allen «Richtungen» wie Boxen, Fussball, Tennis, Ski- und Fahrradfahren.

### Sie bieten auch die «Medizinische Trainings-Therapie» an. Was kann man sich darunter vorstellen?

Das ist korrekt, ja. Es geht dabei darum, dass der Patient nach oder während einer Physiotherapiebehandlung selbstständig trainieren kann und das in einem ihm bekannten Ambiente mit von seinem Therapeuten erstellten Trainingsplänen. Ausserdem sind jederzeit Physiotherapeuten vor Ort, die Hilfestellung leisten können. Es geht dabei um Stärkung und Prävention.

### Sind für dieses Training spezielle Geräte nötig?

Ja und nein. Einige kennt man aus dem Fitness-Center. Unsere Geräte sind jedoch alle samt spezifische Allrounder. Das bedeutet, dass wir nicht für jeden Körperteil ein separates Gerät haben und den Raum füllen, sondern wir haben individuell gewählt, um möglichst viel am selben Ort machen zu können. Wie zum Beispiel der Kinesis Personal, der maximale Bewegungsfreiheit und effektives Funktionstraining mit über 200 Übungen ermöglicht. Wichtig war bei der Entscheidung, dass die Geräte die alltäglichen und vor allem natürlichen Bewegungen eines Patienten oder die wiederholenden Bewegungen eines Sportlers beachten.

### PHYSIO FDR SPORT

Widnauerstrasse 1  
9435 Heerbrugg  
071 544 34 24  
info@physiofdr.ch  
physiofdr.ch

- Sportphysiotherapie
- Allgemeine Physiotherapie
- Osteopathie
- Lymphdrainage
- MTT – Medizinische Trainingstherapie
- Domizil-Behandlungen
- Stosswellen-Therapie
- FDM – Faszien Distorsion Modell
- Dry Needling
- Ultraschall-Therapie
- Kinesio Taping
- Manuelle Therapie
- Sportmassage
- Klassische Massage



Der Fitnessbereich mit hochfunktionellen und modernen Reha- und Sportgeräten.



Das kompetente Physio FDR Sport Team.