

Information periphere Nerven

Nerven sind von der Wirbelsäule ausgehende Strukturen, die sich bis zu den Fingerspitzen verästeln.

Sie gleiten bei Bewegungen unserer Extremitäten und der Wirbelsäule bis zu 15 cm.

Das Ziel der Nervengleitübungen ist, die Gleitfähigkeit des Nervs zu fördern und zu erhalten.

Ihre Ergotherapeutin/ Ihr Ergotherapeut

Name: _____

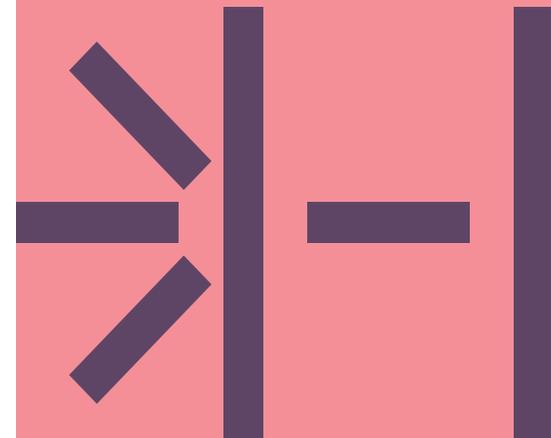
Tel: _____

Persönliche Instruktionen

Universitätsspital Basel
Ergotherapie Hand
Spitalstrasse 21
4031 Basel
Tel. +41 61 265 70 44
therapien@usb.ch

Ergotherapie Hand

Nervengleitübungen für den Nervus Medianus



1. □



Ellbogen strecken und beugen

3. □



Zeit ablesen

5. □



Vogel fliegen lassen

2. □



Faust und Finger spreizen

4. □



Stop

6. □



Balance