

Natur-Heilkunde Journal

März 2008
10. Jahrgang
Preis 5,00 €

Medizin Praxis Wissenschaft



Stoßwellentherapie

Neue Wege
in der ganzheitlichen Schmerztherapie

Die Stoßwellentherapie

Neue Wege in der ganzheitlichen Schmerztherapie

Carina Kohrs

Ob akut oder bereits chronisch, für viele unserer Patienten ist der Schmerz ein ständiger Begleiter geworden. Er ist Ursache für die meisten Krankenschreibungen und in der Lage, die Lebensqualität erheblich einzuschränken. Meist gepaart mit einer Odyssee an Therapeuten- und Therapiesuche, sind wir Heilpraktiker oft für diese Patienten die „letzte Anlaufstelle“, mit der Hoffnung auf Linderung oder Heilung.

Immer nur Verschleiss?

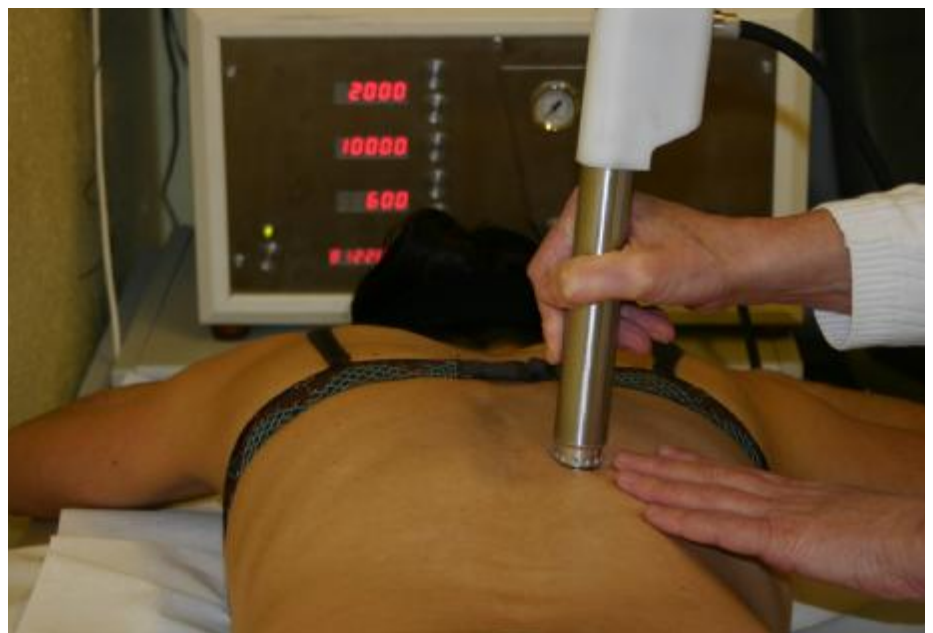
Bisher wurden Schmerzen im Bewegungsapparat meistens auf degenerative Veränderungen im Knochen- und Bandscheibenbereich zurückgeführt oder als Preis für unseren aufrechten Gang verstanden. Ein fataler Irrtum, völlig verkannt wurde die Rolle der Muskeln, Sehnen und Bänder bei der Schmerzentstehung. Zunehmend finden diesbezüglich Kongresse und Tagungen statt, Fachärzte bestätigen diese Erkenntnisse. Problematisch ist derzeit noch die unzureichende Darstellung durch bildgebende Verfahren. Hier kann nur eine körperliche Untersuchung Aufschluss geben.

Spannung mit Folgen

Muskelverspannungen sind weit verbreitet und werden meist als völlig harmlos wahrgenommen; nach einem anstrengenden Tag, nach körperlicher und seelischer Überforderung, nach Fehlhaltungen oder einseitiger Belastung sind sie spürbar. Als Ausdruck für ein Missverhältnis, wenn mehr Muskelkraft verbraucht wurde, als eigentlich zur Verfügung stand. Lösen sich dann diese Verspannungen nicht mehr auf, z.B. in belastenden Lebenssituationen, bei einseitiger beruflicher Tätigkeit oder einfach schlechtem Trainingszustand, bilden sich im betroffenen Muskel Triggerpunkte aus.

Was sind Triggerpunkte?

Trigger, aus dem Englischen „Auslöser“. Muskuläre Triggerpunkte sind in der Bevölkerung ausserordentlich weit



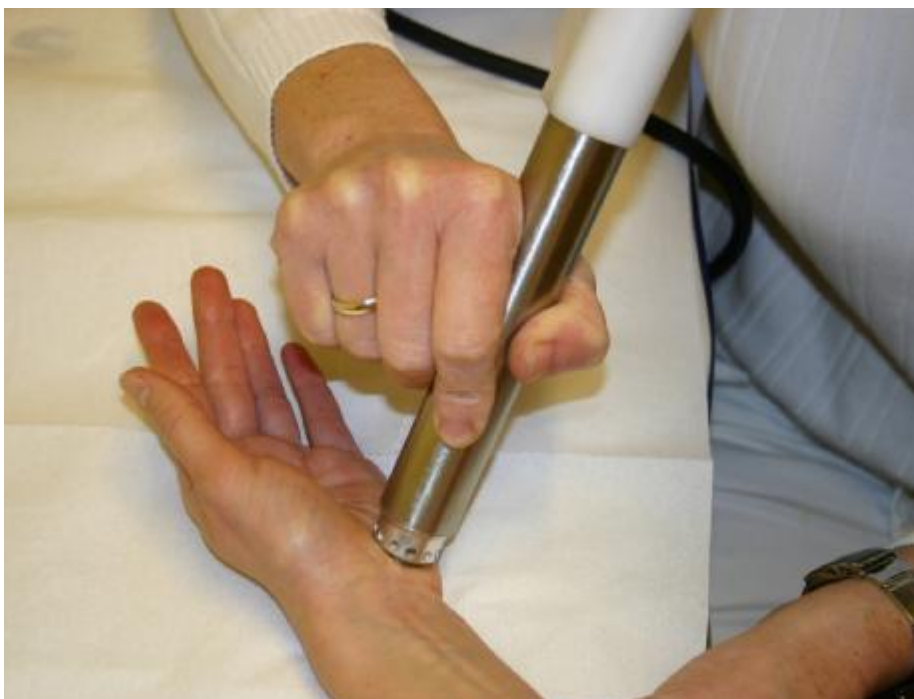
verbreitet. Die dauerhaft verkürzten und geschwollenen Muskelfasern sind meist als harte Stränge oder Knoten in der Muskulatur ertastbar, als Myogelosen werden sie auch bezeichnet. Sie sind die „Hauptauslöser“ von Schmerzen im Bewegungsapparat. Erstmals wurden sie Anfang der Achtziger Jahre durch die amerikanischen Ärzte Simons und Travell definiert und beschrieben, ihre Veröffentlichungen sind auch heute noch Standardwerk für Mediziner und Physiotherapeuten. Eine gezielte Diagnose zu stellen ist oftmals schwierig, da Schmerzempfinden und Schmerzentstehungsort nicht immer identisch sind, hier ist ein erfahrener Therapeut gefragt. Aktive Triggerpunkte wirken sich aber auch auf Sehnen und Bänder aus; da sie den Muskel verkürzen lassen, entsteht eine gewaltige Zugkraft auf die Sehnenansätze. Gelenk- und Wirbelfehlstellungen sind die Folgen, aber auch entzündliche Reaktionen, Kalkeinlagerungen bis hin zu Rupturen.



Eine Besonderheit mit vielen Möglichkeiten

Die meisten Triggerpunkte sind identisch mit den Akupunkturpunkten der TCM. Eine faszinierende Begegnung der östlichen und westlichen Medizin. Für uns Therapeuten bietet sich damit eine grosse Bandbreite an Behandlungsmöglichkeiten, den körperlichen und energetischen Aspekt des Patienten zu erreichen. Individuelle Therapiekonzepte werden

möglich. Bewährt hat sich bisher die Akupunktur, Neuraltherapie und sämtliche manuelle Maßnahmen, um nur einige zu nennen, wie die Osteopathie, Chirotherapie, Dorn-Breuss-Behandlung oder die manuelle Triggertherapie. Selber machte ich die Erfahrung, dass auch wir Therapeuten durch diese manuellen Therapien an unsere körperlichen Grenzen stossen. Über diesen Weg lernte ich die Stoßwellentherapie kennen.



Die Ursprünge der Stoßwellentherapie

Am bekanntesten ist sicherlich die hochdosierte Anwendung der Stoßwelle im Bereich der extrakorporalen Steinzertrümmerung z.B. bei Nieren- und Gallensteinen. In diesem Zuge entstanden die Erkenntnisse über tiefliegende Triggerpunkte, die man zufällig mit auflöste, so daß die behandelten Patienten plötzlich anderweitige Rückenschmerzen nicht mehr verspürten. Seit 1999 ist man dem Phänomen der Triggerauflösung durch die Stoßwellentherapie auf der Spur. Für die z.B. tief im Organ liegende Steinzertrümmerung benötigt man eine gezielte, d.h. fokussierte Stoßwelle, mit sehr hoher Dosierung. Um flächiger in den Muskelschichten und den Sehnenansätzen zu arbeiten, ist eine niedriger dosierte, radiale Stoßwelle effektiver - wie ich sie auch selber in der Praxis anwende.



Etwas Technisches

Stoßwellen werden ballistisch erzeugt, man darf sie auch als eine spezielle Form der Schallwelle bezeichnen. Das Gerät verfügt über einen Kompressor, der einen exakt dosierbaren Druck erzeugt. Dieser Druck wird in ein Handgerät übergeleitet und hier wird ein Projektil zum Aufschlag gebracht. Durch ein empfindliches Kopfstück wird diese Stoßwelle über die Haut in das darunterliegende Gewebe projiziert. Je nach Dosierung werden oberflächliche, aber auch tiefere Muskelschichten treffsicher erreicht.



Die Wirkung

Der Einsatz von Stoßwellen erlaubt eine schonende und wirkungsvolle Behandlung ohne Einsatz von Medikamenten und ist nahezu nebenwirkungsfrei. Soforteffekte der Stoßwellentherapie sind deutlich verminderte Schmerzen, da Muskel-, Sehnen- oder Bänderverkürzungen umgehend aufgelöst werden, der Bewegungsumfang nimmt zu, wie auch eine Steigerung der Muskelkraft. In den behandelten Bereichen kommt es innerhalb von wenigen Minuten zur Durchblutungssteigerung. Der Muskel entspannt sich, das Gebiet wird weicher und die Triggerpunkte lösen sich auf. Als Diagnostikum eingesetzt, besteht die Möglichkeit, mittels der Stoßwelle aktive Triggerpunkte in den oberflächlichen und tieferen Muskelschichten aufzuspüren, sowie der therapeutische Effekt, diese aufzulösen. Dies alles geschieht im Rahmen einer Anwendung.

- Gelenkschmerzen,
- Sehnenkrankungen bis hin zu Kalkeinlagerungen,
- Tennis- oder Golfer-Ellenbogen,
- Schulter-Arm-Syndrom, Impingementsyndrom,
- Achillessehnenreizung, Fersensporn,
- Bänderreizungen,
- Narbenbehandlung,
- Fibromyalgie,
- Begleitung im Leistungssport, vor und nach Wettkämpfen, zur Leistungssteigerung,
- Behandlung von Verletzungsfolgen, zur schnelleren Genesung,
- Pseudarthrosenbildung.

- Bei tumorösen oder entzündlichen Prozessen im Behandlungsgebiet.
- Eingeschränkt, unter Einnahme blutgerinnungshemmender Medikamente.

Die Stoßwellentherapie ist heute meine tägliche Begleitung in der Praxis. Sicher kann gesagt werden, das Wirkungsspektrum ist bei weitem noch nicht ausgeschöpft, immer neue Indikationen und Therapiekombinationen werden sich durch die tägliche Praxistätigkeit ergeben. Eine gute Ausbildung und Fachkenntnisse sind erforderlich und Garant für eine erfolgreiche Behandlung. Für uns ganzheitliche Therapeuten bietet sich eine grosse Chance, mit einem jungen, vielversprechenden Behandlungs- und Diagnoseverfahren das Praxisspektrum für unsere Patienten zu optimieren.

Verfasserin
Carina Kohrs, Hp
Praxisgemeinschaft
Glück-auf-Str. 7, 50169 Kerpen
E-Mail: carina.kohrs@web.de
www.heilpraktiker-erftkreis.de



Die Stoßwellentherapie wird hilfreich eingesetzt bei:

- Rückenschmerzen, akut oder chronisch,
- Muskelverspannungen, Bewegungseinschränkungen,
- Kopfschmerzen, Migräne, Tinnitus, Schwindel,

Kontraindikation:

- Nur bei ganz wenigen Situationen ist eine Stoßwellenbehandlung nicht angebracht:
- Kinder im Wachstum, im Bereich der Wachstumsfugen.
 - In der Schwangerschaft.

Natur-Heilkunde
Journal
Medizin Praxis Wissenschaft

Impressum:
Redaktion:
Barbara Burbach, Klaus Schwarzbach
Max-Planck-Str. 47, 53340 Meckenheim

Druck und Verlag:
Warlich DRUCK VERLAGS GmbH,
Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim

Alle Rechte vorbehalten; Nachdruck und Angebot in Lesezirkeln nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion. Das gilt auch für die Aufnahme in elektronische Datenbanken und Mailboxes, CD-Rom sowie Vervielfältigungen in jeder Form.