

Erst nach Jahrzehnten „Es ging mir sofort viel besser“

Bei einem Autounfall prallte Irene Hasfeld, damals 18, gegen einen Baum. Sie bekam eine neue Hüfte, hatte unerklärliche Schmerzen. Bis sie zum Osteopathen ging

Der Autounfall geschah 1977. Die 18 Jahre junge Irene fuhr ihren Wagen gegen einen Baum. „Bei dem Aufprall wurde meine rechte Hüftpfanne durchstoßen“, sagt die heute 52-jährige Buchhalterin. „Drei Monate lag ich mit einem Streckverband im Krankenhaus. Danach hatte ich trotz Physiotherapie ständig Schmerzen.“

Zwei Jahre später wurden deshalb Hüftpfanne und Hüftkopf überkront. Diese knochen sparende Methode kommt vor allem bei jungen Patienten zum Einsatz, um ihnen den vollständigen Gelenkersatz möglichst lange zu ersparen. „Die Hüftschmerzen

waren danach zwar weg“, erinnert sich Irene Hasfeld. „Dafür konnte ich das rechte Bein nicht mehr nach hinten strecken.“

„Die Selbstheilung wurde aktiviert“

1986 erhielt sie ihr erstes künstliches Hüftgelenk, 2006 das zweite. „Obwohl beide OPs bestens verliefen, konnte ich mein Bein immer noch nicht normal bewegen. Irgendwann fand ich mich damit ab“, erzählt sie. Wo die eigentliche Wurzel des Übels saß, ahnte sie nicht.

Die Lübeckerin gewöhnte sich eine Schonhaltung an, die ihre Wirbelsäulenmuskulatur ver-

krampfen ließ. So schlichen sich im Laufe der Jahre starke Nackenschmerzen ein. Im Februar 2010 wandte sie sich deshalb an den Osteopathen Heiko Bornemann. „Mir gefiel die Idee, mit den Händen Blockaden aufzuspüren und die Selbstheilungskräfte des Körpers zu mobilisieren“, erklärt sie.



Osteopath Heiko Bornemann suchte und löste Irenes Blockaden

Bei seiner Tastuntersuchung stieß Heiko Bornemann auf Muskelfaserverdickungen im Bereich der Narbe, die von Irene Hasfelds erster Hüft-OP im Jahr 1979 zurückgeblieben war. „Man nennt solche Verdickungen Trigger, also Auslöser“, erklärt er. „Sie sind die



Stoßwellen Sie erzeugen einen Druck, der Verhärtungen auflöst

häufigste Ursache für Bewegungseinschränkungen und für Schmerzen. Mithilfe von hochenergetischen Schallwellen, auch Stoßwellen genannt, lassen sich

die Trigger auflösen, sodass sie keine weiteren Schmerzsignale an den Körper senden.“

„Ich springe herum wie ein junges Reh“

Bei Irene Hasfeld wurde das Stoßwellengerät direkt an der Narbe angesetzt. „Es war ein Gefühl, als ginge ein Elektroschock durch meinen ganzen Körper“, beschreibt sie. „Die Prozedur dauerte keine zehn Minuten. Und so unglaublich es klingt: Ich konnte direkt danach besser laufen und spürte, wie auch die Nackenschmerzen nachließen.“

Heute, zwei Anwendungen später, ist Irene praktisch beschwerdefrei. „Ich springe herum wie ein junges Reh“, scherzt sie. „Das Leben macht mir wieder Spaß.“

Claudia Krause

Hintergrund

Die Triggerpunkt-Therapie

Haupteinsatzgebiet sind chronische Schmerzen, insbesondere des Rückens, des Kopfes oder der Gelenke. Für eine dauerhafte Linderung sind im Durchschnitt vier bis sechs Sitzungen nötig. Je nach Aufwand kostet eine Behandlung etwa 90 bis 140 Euro. Private Kassen zahlen, gesetzliche nicht. Therapeutenliste: Internationale Gesellschaft für Schmerz- und Triggerpunktmedizin e. V., Tel.: 09 11/45 14 17, www.igtmn.org

„Signale stoppen“



Heiko Bornemann ist Heilpraktiker und Osteopath in Lübeck

mach mal Pause: Was versteht man unter Triggern?

Heiko Bornemann: Das sind verhärtete Muskeln, deren Fasern aufgrund einer Stoffwechsell- störung unter Dauerspannung stehen. Folge sind Funktionsstörungen und Schmerzen, deren Quelle oft ganz woanders liegt als dort, wo sie auftreten.

mach mal Pause: Was begünstigt ihre Entstehung?

Heiko Bornemann: Die häufigsten Ursachen sind körperliche Fehl- und Überbelastungen, Verletzungen, Operationen sowie Gewebeübersäuerungen.

mach mal Pause: Wie wirken die Stoßwellen?

Heiko Bornemann: Sie lösen die Muskelverhärtungen. Durch den Wegfall der Dauerspannung sendet der Trigger keine weiteren Schmerzsignale an den Körper.



Irene Hasfeld hat eine lange Zeit des Leidens hinter sich. Nun genießt sie die Schmerzfreiheit

Fotos: Ute Mans