

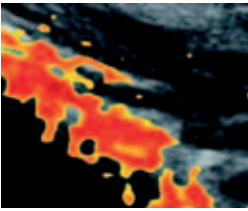
Ein starker Rücken kennt keinen Schmerz!?

Egal wie stark der Rücken ist, Rückenschmerzen treffen fast jeden



Selbst die größten Athleten mit starken Rückenmuskeln leiden häufig unter Rückenschmerzen. Muskeltraining verstärkt sie sogar oft noch, statt sie zu lindern. Aber wem tut Rückentraining gut und wer verschlimmert dadurch nur sein Leiden? Die Forschung hat darauf eine eindeutige Antwort: Voraussetzung für Schmerzfreiheit sind gesunde Muskeln und Muskelhüllen, die frei von Verhärtungen und Entzündungsknoten – Triggerpunkten – sind. Dr. Wolfgang Bauermeister hat eine Diagnostik und Therapie entwickelt, um genau diese Probleme anzugehen.

Muskeln und ihre Muskelhüllen (Faszien) bilden eine funktionelle Einheit, die durch Entzündungen in ihrer Funktion gestört werden und chronische Schmerzen auslösen können. Die Entzündungen kennt man als Triggerpunkte, die in den Muskeln aber auch in den Faszien auftreten. Bis vor einigen Jahren erschienen Triggerpunkte eher geheimnisvoll, da man sie weder im Röntgen, Kernspin noch Ultraschall sehen konnte.



Das hat sich aber geändert, denn dank der Ultraschall-Elastografie (Bild links) werden die Triggerpunkte (rote Flächen) in den Muskeln und Faszien sichtbar.

Schmerzübertragung durch Triggerpunkte

Schmerzen und Triggerpunkte liegen oft weit voneinander entfernt. Triggerpunkte in den Rücken- und Beinmuskeln, aber auch in den Bauchmuskeln sind für Schmerzen im Rücken, der Hüfte, aber genauso auch im Knie oder dem gesamten Bein verantwortlich. Dabei sind die Muskeln mit ihren Triggerpunkten wie Glieder einer Kette miteinander verknüpft (Bild links). Diese Muskelketten findet man an der Vorder- und Rückseite des Körpers und sie reichen vom Kopf bis zu den Füßen. Sie verlaufen aber auch diagonal und deshalb können Triggerpunkte der linken Seite auf der rechten Seite Schmerzen, die sich wie Bandscheiben- und Ischiasschmerzen anfühlen, auslösen. Gelenk-, Muskel- aber auch Bauch-, Brust und Beckenschmerzen werden von ihnen verursacht. Triggerspezialisten finden mit Stoßwellen die verborgenen Triggerpunkte in den Muskelketten.



Behandlung der Triggerpunkte

Anfangs helfen Spritzen, Massagen und Muskelaufbautraining. Bei stärkeren Entzündungen werden die Triggerpunkte dadurch nur gereizt und die Schmerzen werden stärker anstatt besser. Dann hilft nur noch die gezielte Behandlung mit Stoßwellen.

Triggerpunkt-Stoßwellentherapie

Seit dem Jahr 2000 setzt Dr. Bauermeister die Triggerpunkt-Stoßwellentherapie ein. Er kann damit Schmerzen, die schon seit Jahren oder Jahrzehnten bestehen, meist erfolgreich behandeln. Die Stoßwellentechnologie hat große Fortschritte gemacht und immer mehr setzt sich die moderne Smart-Focus-Stoßwelle durch. Ihr Vorteil ist, dass mit ihr Triggerpunkte nicht nur behandelt, sondern auch diagnostiziert werden können. Treffen Stoßwellen auf Triggerpunkte, spürt man sofort an einer anderen Stelle im Körper seine Schmerzen. Wer käme schon auf die Idee, die Auslöser für Rückenschmerzen in den Bauchmuskeln oder den Beinen zu suchen?



Trigger-Behandlung mit dem Dornier ARIES Smart Focus

Die Muskelketten behandeln

Da sich die Triggerpunkte in den Muskeln und Faszien von Muskelketten entwickeln, ist es erforderlich, die gesamte Muskelkette auf Triggerpunkte zu untersuchen und zu behandeln. Diese systematische Vorgehensweise verspricht auch Patienten, die seit Jahren von Arzt zu Arzt gehen und schon viele Therapien hinter sich haben, noch eine gute Chance auf Erfolg.

Ausbildung zum Triggerspezialisten

Dr. Bauermeister hat schon viele Ärzte und Therapeuten in der Triggerpunkt-Stoßwellentherapie ausgebildet. Der Bedarf an Triggerspezialisten ist enorm, denn Millionen von Menschen leiden unter Schmerzen des Bewegungssystems, ohne Hilfe zu erfahren. Wenn Sie als Arzt oder Therapeut Interesse an einer Ausbildung haben oder Sie als Betroffener einen Arzt, Heilpraktiker oder Therapeuten kennen, der offen für neue Therapien ist, nehmen Sie bitte Kontakt mit Dr. Bauermeister in München auf: E-Mail: dr.bauermeister@triggosan.eu, Tel.: 089-426112

Wolfgang Bauermeister
„Schmerzfrei durch
Trigger-Osteopraktik“
Was Sie über Schmerzen und
Triggerpunkte wissen wollten
Erhältlich beim deutschen
patienten verlag und in jeder
Buchhandlung.
Südwest-Verlag
ISBN 978-3-517-06947-0
12,95 EUR (D)

