

## Schmerztherapie & Schmerzformen

Schmerzen sind eine große medizinische Herausforderung. Etwa jeder fünfte Deutsche leidet unter chronischen Schmerzen. Zu den häufigen Schmerzen gehören Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Nervenschmerzen, verschleißbedingte Schmerzen (Gelenksarthrose) und Schmerzen am ganzen Körper wie das Fibromyalgiesyndrom. Schmerzen lassen sich nach der Art und Weise unterteilen:

- **Nozizeptiver Schmerz**

In den Gelenken, der Muskulatur oder an anderen Stellen im Körper entstehen Schmerzen und werden im Gehirn wahrgenommen. Hierzu zählen Arthrose-Schmerzen oder auch akute Probleme wie Verstauchungen und Prellungen. Ein naturheilkundliches Konzept nutzt hier besonders Behandlungen am Ort des Problems, wie Blutegel am Knie bei Verschleiß (Arthrose).

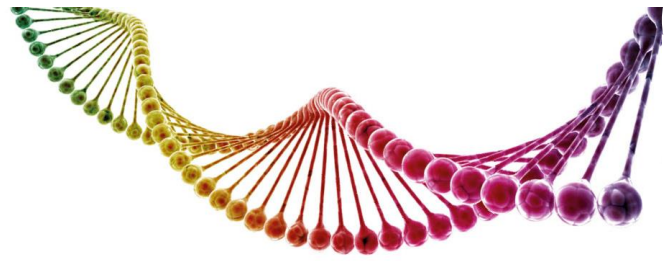
- **Neuropathischer Schmerz**

Vereinfacht ausgedrückt kommen die Schmerzen hier aus dem System, welches die Schmerzen im Körper eigentlich erfassen und beurteilen soll selbst. Nervenfasern „leiten Schmerz“, obwohl im Gewebe dafür kein Grund besteht. Eine Gürtelrose ist ein typisches Beispiel. Bei dieser Erkrankung ist ein Nerv von einem Virus befallen und erzeugt Schmerz in einem Hautbereich. Dieser Hautbereich ist jedoch gesund. Bei der Gürtelrose ist meist ein Nerv befallen. Es können jedoch auch viele Nerven befallen sein, wie bei einer Polyneuropathie.

- Zusätzlich gibt es **Mischformen**.

Von chronischen Schmerzen spricht man, wenn diese länger als sechs Monate andauern, manchmal auch schon nach drei Monaten. Mit zunehmender Dauer beeinträchtigen die Schmerzen die Psyche. So kann es zu Verlust von Lebensfreude und zu Depressionen kommen. Aber auch die Familie, Freunde und die berufliche Situation sind betroffen. Partnerschaften, Freizeitbeschäftigungen oder Freundschaften können leiden. Chronischer Schmerz kann sich somit zu einem eigenständigen Krankheitsbild, der Schmerzkrankheit, entwickeln. Dann kann eine stationäre Behandlung sinnvoll sein.

Alle diese Schmerzformen können naturheilkundlich (mit-) behandelt werden.



## Naturheilkundliche Schmerztherapie

In einer naturheilkundlichen Schmerztherapie werden verschiedene medizinische Ansätze miteinander verbunden:

### *Konventionelle spezielle Schmerzmedizin*

- Diagnostik: Alle erforderlichen diagnostischen Maßnahmen, die ambulant noch nicht erfolgt sind, werden durchgeführt. So kann z. B. eine MRT Untersuchung erforderlich sein.
- Konventionelle Medikation: „Schulmedizinische“ Mittel werden je nach Notwendigkeit weiter verordnet oder auch neue Therapien eingeleitet. Bei vielen Krankheitsbildern kann jedoch überprüft werden, ob eine Reduktion möglich ist.
- Kooperationen: Wenn erforderlich werden andere Fachärzte mit in die Behandlung einbezogen.

### Naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten

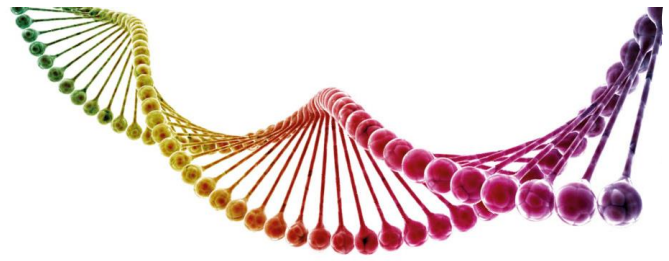
Individuell wird überprüft, ob die vorhandenen Schmerzen naturheilkundlich behandelt werden können. Therapeutische Möglichkeiten sind u.a.:

- Blutegel
- Akupunktur
- Neuraltherapie
- Faszientherapien (Schröpfkopfmassage), Gua Sha, Flossing
- Manuelle Behandlung
- Physikalische Behandlungsmöglichkeiten
  - Moderate Ganzkörperhyperthermie (Überwärmung)
  - Hydrogalvanische Bäder (Bäder mit Gleichstromanwendung)
  - Bäder mit Zusatz von ätherischen Ölen

### Selbstwirksamkeit

Um langfristige Besserung zu erreichen, vermitteln wir unseren Patienten Ideen und Fähigkeiten, für sich selber besser zu sorgen und durch eigenes Handeln die Beschwerden zu beeinflussen.

- Bewegung  
Schmerzen führen oft zu weniger Bewegung. Dabei ist die richtige Bewegung sehr wichtig für den Körper und kann Beschwerden kontrollieren. Während des Klinikaufenthaltes ist aktive Bewegung ein Teil der Behandlung.



- Morgenbewegung
  - Yoga
  - Sensomotorisches Training
  - Qigong
  - Bewegungsbad
  - Bewegung mit dem Schwerpunkt Atmung und Körperaufrichtung
  - Walking
  - Ergometer Training
- Ordnungstherapie
  - Naturheilkundliche Selbsthilfestrategien
- Was können Sie persönlich zuhause gutes für sich tun? Sie lernen während der Behandlung verschiedene auf Sie abgestimmte Maßnahmen kennen.

### Der Körper-Stoffwechsel (Metabolismus)

Bei vielen Schmerzerkrankungen kann der Körper-Stoffwechsel durch Ernährung oder Heilfasten verbessert werden. Unter dem Fasten werden geplant ca. 500 kcal/Tag in Form von Suppen und Säften eingenommen. Es kommt zu verschiedenen hormonellen Anpassungsvorgängen des Körper-Stoffwechsels. Das therapeutische Fasten ist die Basis einer naturheilkundlichen Schmerztherapie. Insbesondere bei den Indikationen rheumatoide Arthritis, Arthrose, Fibromyalgie und Migräne wird es als Verfahren eingesetzt.

### Pflanzenheilkunde

Auch Mittel aus der Pflanzenheilkunde können zum Einsatz kommen. Die heutige "rationale Phytotherapie" (Kräuterheilkunde), die eine lange Tradition in Europa hat wird mehr und mehr nach wissenschaftlichen Kriterien untersucht. Die verwendeten Arzneimittel bestehen aus Pflanzen, Pflanzenteilen oder pflanzlichen Bestandteilen in unbearbeitetem Zustand oder in Form von Zubereitungen. Ob und welche pflanzlichen Mittel für Sie in Frage kommen hängt davon ab, welche Erkrankung vorliegt und auch welche konventionellen Medikamente sie einnehmen.