Praxis für
Ganzheitliche Medizin Düsseldorf

Ganzheitliche Schmerztherapie

Praxis für Ganzheitliche Medizin Düsseldorf

Dr. med. Gerrit Sütfels & Kollegen
Wildenbruchstraße 115 • 40545 Düsseldorf-Oberkassel
Fon: 02 11 / 89 09 99 99 • Fax: 02 11 / 89 09 99 98
mail@praganzmed.de • www.praganzmed.de

Ganzheitliche Schmerztherapie

In der Ganzheitlichen Schmerztherapie wird versucht, die Ursache der Schmerzen zu finden und gezielt zu behandeln. Dabei werden unterschiedliche Ebenen berücksichtigt: Knochen, Gelenke, Muskeln, Sehnen, Faszien, Organe, Stoffwechsel und Vitalstoffe sowie natürlich auch das seelische bzw. emotionale Befinden und die Lebensbedingungen.

Akute lokalisierte Beschwerden können in der Regel in wenigen Sitzungen erfolgreich behandelt werden. Bei chronischen Schmerzen ist dagegen meistens ein individuelles ausgeklügeltes Behandlungskonzept über einen längeren Zeitraum erforderlich („Multimodale Schmerztherapie"). Bevorzugt werden von uns sanfte naturheilkundliche Methoden angewandt. Bei besonders intensiven Beschwerden können zusätzlich konventionelle Schmerzmittel, Injektionen und in bestimmten Fällen auch Operationen empfohlen werden.

Dr. med. Gerrit Sütfels ist spezialisierter Schmerztherapeut. Er wurde in der Klinik für Naturheilkunde in Essen und im Schmerzzentrum Duisburg ausgebildet. Dr. Sütfels lernte Akupunktur und Chinesische Medizin in China sowie bei Dr. Stux. Zudem ist er Dozent in der Deutschen Akupunkturgesellschaft.

Dr. med. Markus Zillgens hat durch seine langjährige Tätigkeit in der Klinik für Naturheilkunde in Essen viele Erfahrungen in der Schmerztherapie gesammelt. Er ist ausgebildet in Akupunktur, Neural- und Aromatherapie, Faszien- und Craniosacraltherapie sowie Yoga.

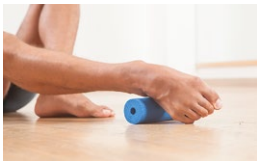
Manuelle Medizin

Die Manuelle Medizin ist wichtig für die Diagnostik und Therapie. Die Untersuchung „mit der Hand" kann oft die Ursachen der Schmerzen finden. Dabei werden vor allem auch die Muskeln, Sehnen und Faszien unter die Lupe genommen. Denn hier finden sich häufige Schmerzquellen, die leider oft übersehen werden, weil sie sich in keiner Bildgebung (CT, MRT oder Röntgen) darstellen lassen. Mit der Hand kann dann auch direkt behandelt werden.

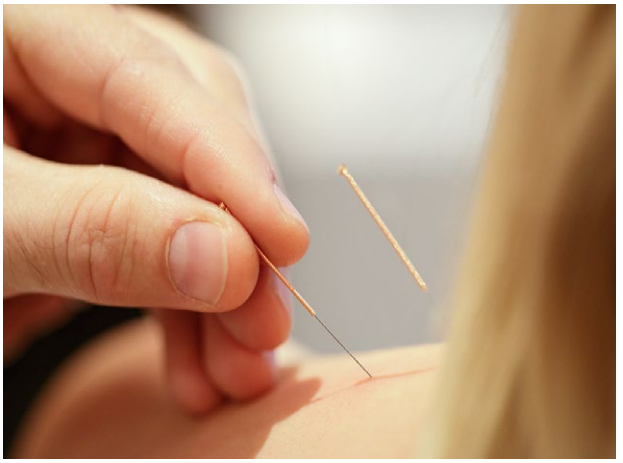
Triggerpunkttherapie

Triggerpunkte sind schmerzhafte Knoten in der Muskulatur, die durch Überlastung, Fehlhaltung oder muskuläre Schwäche entstehen. Sie können typische Schmerzen von oft hoher Intensität hervorrufen, die in andere Körperregionen ausstrahlen und insofern mit Nerven- oder Ischiasschmerzen verwechselt werden. Triggerpunkte kann man am besten mit Akupunkturnadeln, aber auch mit der Hand oder mit Injektionen behandeln. Zudem sollten Haltung, Muskelbalance und -stoffwechsel optimiert werden.

Faszientherapie



Nicht nur Muskeln, sondern auch die Gewebshäute können unter Spannung stehen und Schmerzen hervorrufen. Diese sog. Faszien umgeben alle Muskeln, Organe und Körperhöhlen. Sie sind alle miteinander verbunden. Dadurch können großflächige Schmerzen entstehen. Mit den Händen oder speziellen Hilfsmitteln (z. B. Faszienkamm, Pömpel und Schröpfkopf) wird die Spannung aus den Faszien geholt und der Schmerz gelindert.



Akupunktur

Diese Therapie mit den kleinen Nadeln wird seit Jahrtausenden erfolgreich in der Schmerztherapie angewandt. Hervorzuheben ist der ganzheitliche Ansatz: Es werden nicht nur Schmerzpunkte behandelt, sondern immer der Mensch als Ganzes auf der körperlichen, geistigen und seelischen Ebene. Es gibt viele emotional wirksame Punkte, die eine verbesserte Entspannungsfähigkeit und einen erholsamen Schlaf bewirken können – wichtige Bausteine in der Ganzheitlichen Schmerztherapie. Mit den Akupunkturnadeln können zudem Triggerpunkte und schmerzhafte Muskelknoten effektiv gelöst werden. Eine Sonderform ist die Ohrakupunktur, durch die v. a. Emotionen, Stress und Schmerzempfindlichkeit beeinflusst werden.

Neuraltherapie

Die Neuraltherapie nach Huneke setzt Spritzen mit Procain, einem Lokalanästhetikum, ein. Dieses bewirkt eine Schmerzhemmung, eine Durchblutungsförderung und ein Ausschwemmen von Schmerzstoffen. Zudem wird versucht, das Schmerzgedächtnis positiv zu beeinflussen. Eine besondere Form der Neuraltherapie sind Procain-Basen-Infusionen. Dabei wird Procain in Kombination mit einer Base direkt in die Vene gegeben, um hartnäckige chronische Schmerzzustände wie chronische Migräne, Fibromyalgie oder Neuralgien zu behandeln.

Mind-Body-Medizin / Stressregulation

Schmerz macht Stress, und Stress macht Schmerzen. Denn die Stresshormone bewirken eine vermehrte Anspannung der Muskeln. Insofern ist zumindest bei anhaltenden oder wiederkehrenden Schmerzen eine Behandlung von Stress und Spannung entscheidend wichtig. Wir können Ihr Stresslevel messen und dann ein individuelles Stressmanagementkonzept erarbeiten. Gut wirksam sind hier v. a. Achtsamkeitstechniken. Zusätzlich sind natürlich Ernährung und Bewegung sowie soziale Einbindung und positive Lebensziele wichtig für die Gesundheit und die Schmerzregulation.

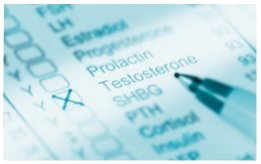
Craniosacrale Osteopathie

Diese manuell-energetische Behandlung führt zur Lösung von Verspannungen und zur Aktivierung des Parasympathikus, also des Entspannungs-Nervensystems.

Orthomolekulare Medizin
(Vitalstofftherapie)

Chronische Schmerzen entstehen oft aufgrund von Mineral- oder Vitaminmangelzuständen. Wichtige Faktoren sind v. a. Magnesium, Kalium, Vitamin B und D sowie L-Carnitin und Coenzym Q10. Die Orthomolekulare Medizin beschäftigt sich mit den Vitalstoffen für eine optimale Funktion der Stoffwechselvorgänge. Bei Vitalstoffwerten im unteren Normalbereich funktioniert der Körper zwar noch, aber auf einem niedrigen Leistungsniveau. Bei stärkeren Mängeln treten oft deutliche Beschwerden auf.

Hormonelle Regulation



Hormonelle Störungen bewirken häufig Schmerzen und Erschöpfung. Wichtig sind hier v. a. die Schilddrüsen- und Geschlechtshormone, aber auch das Schmerz-hemmende und antidepressiv wirkende Serotonin. Progesteron, Pregnenolon und DHEA sind auch als Neurohormone im Gehirn wirksam und können hier Entspannung und Schmerzlinderung erzielen. Wichtig ist der Einsatz möglichst natürlicher Hormone ohne größeres Nebenwirkungsprofil.

Naturheilkunde und Homöopathie

Pflanzliche Mittel können Schmerzen und Entzündungen lindern. Dazu stehen verschiedene Pflanzenextrakte zur Verfügung. Außerdem gibt es gut wirksame Pflanzenextrakte gegen Unruhe, Schlafstörungen und Stimmungsschwankungen. In einigen Fällen können homöopathische Mittel nach Hahnemann hilfreich sein. Homöopathika sind stark verdünnte („potenzierte") Natursubstanzen, die nach ganzheitlichen Gesichtspunkten angewandt werden. Zur Naturheilkunde gehört auch die Blutegeltherapie, die v. a. bei Arthrose (Gelenkverschleiß) und Sehnenentzündungen eingesetzt wird.

Stoffwechsel- und Mitochondrientherapie

Störungen im Energiestoffwechsel können diffuse Schmerzen, Kraftlosigkeit, Gewichtszunahme und Erschöpfung bewirken. Deshalb ist v. a. bei generalisierten Schmerzen wie Fibromyalgie-Syndrom oder bei Migräne eine Stoffwechselmessung sinnvoll. Zudem sollte der Stoffwechsel der Mitochondrien – der „Kraftwerke der Zellen" – überprüft werden. Dazu stehen inzwischen ausgeklügelte Testsets zur Verfügung, die die entscheidenden Punkte des Energiestoffwechsels beleuchten. Es können dann gezielte Vitalstoffe, Nahrungs- und Pflanzenmittel eingesetzt werden, die den blockierten Stoffwechselschritt unterstützen. Ernährung, Bewegung und Stressregulation spielen natürlich auch eine Rolle.

Schröpfen, Magnetfeld, kinesiologische Tapes & Co.

Es gibt verschiedene weitere schmerztherapeutische Behandlungen. Schröpfen z. B. als Schröpfmassage reduziert Verspannungen. Die Magnetfeldtherapie verbessert den Stoffwechsel und lindert Schmerzen. Kinesiologische Tapes können stabilisieren oder Muskeln lockern. Aromaöle fördern die Entspannungsfähigkeit und senken den Muskeltonus.

Welche Diagnostik und Behandlung für Sie sinnvoll ist, wird nach einer ausführlichen Erstanamnese individuell mit Ihnen besprochen.

Wir finden einen sanften Weg aus den Schmerzen.

Praxis für Ganzheitliche Medizin Düsseldorf

Wildenbruchstraße 115
40545 Düsseldorf-Oberkassel

Fon: 02 11 / 89 09 99 99
Fax: 02 11 / 89 09 99 98

mail@praganzmed.de

www.praganzmed.de
www.schmerztherapie-ganzheitlich.de

Sie finden uns auch bei Facebook:
praganzmed