

# Ihre Praxiszeitung in Gesundheitsfragen



## WILLKOMMEN

Unsere Patienten werden von erfahrenen Fachärzten für Anästhesiologie, Spezielle Schmerztherapie & Akupunktur und hochmotivierten Fachkräften betreut.

Wir legen hohen Wert auf ein freundliches und menschliches Miteinander – auch innerhalb des Teams. Denn wenn Motivation und Klima stimmen, werden sich auch die Patienten bei uns wohl fühlen. Unser größter Erfolg sind zufriedene Patienten die gern zu uns kommen und sich menschlich und medizinisch gut betreut fühlen.

**Erfahrung, Kompetenz und Empathie – das prägt unser Praxisteam!**



Unser Team freut sich auf Sie!

## Pneumatische Pulsationsmassage

Die Pneumatische Pulsationstherapie (PTT) nach Deny ist eine therapeutische Behandlung mit besonderer Tiefenwirkung auf Muskeln und Gewebe.

Mit sanftem Druck wird das Gewebe angesaugt und sofort wieder entspannt. Die Pneumatische Pulsationsmassage regt die Bewegung sämtlicher Gewebeflüssigkeiten an. Die im Gewebe angesammelten Stoffwechselschlacken und Umweltschadstoffe werden gründlich gelöst und den Entgiftungs- und Ausscheidungsorganen zugeführt. Es kommt zu einer spürbaren Entlastung des gesamten Organismus. Körpereigene Vitalstoffe wie Hormone, Vitamine und Mineralien haben „freie Bahn“ zu den Zellverbänden und stehen verstärkt für einen optimalen Stoffwechsel und eine damit verbundene Gesundheit zur Verfügung.

## Gute Effekte durch vielseitige Anwendung

- Stoffwechselaktivierung
- Beschleunigung der Blutzirkulation – dadurch Verbesserung der Sauerstoffversorgung vor allem in der Peripherie
- Verbesserte Versorgung des Gewebes mit Vitalstoffen
- Verbesserung des Lymphabflusses und des venösen Abflusses
- Anregung von Entgiftungsvorgängen (Entschlackung)
- Entzündungsmediatoren, Stoffwechselschlacken und eingelagerte Umweltschadstoffe werden mobilisiert und zur Ausscheidung gebracht
- Lösung von Verspannungen der Muskulatur
- Lockerung der Gewebestruktur
- psychische Entspannung
- Schmerzlinderung

## Indikationsbeispiele

- Kopfschmerzen/Migräne
- HWS-Syndrom
- Schulterschmerzen
- Gelenkbeschwerden
- Tennisellenbogen
- LWS-Syndrom
- Hüftgelenkarthrose, Kniearthrose
- Fußbeschwerden
- Achillessehnenreizung

Gern beraten wir Sie zu den Therapiemöglichkeiten in unserer Praxis ausführlich – bitte sprechen Sie uns an!

Zur unterstützenden Schmerztherapie bieten wir in unserer Praxis eine Infusionsbehandlung mit Procain-Basen an.

Hier werden die Medikamente Procainhydrochlorid und Natriumbikarbonat unter Umgehung des Magen-Darm-Traktes über die Vene eingebracht.

Dies führt zur Regulierung des Säure-Basen-Haushaltes



Zur Behandlung von:

- allgemeinem Ganzkörperschmerz
  - chronischen Rückenschmerzen
  - Nervenschmerzen
  - Fibromyalgie
  - Migräne + Kopfschmerzen
  - Schmerzen bei Durchblutungsstörungen
  - Regulationsstörungen bei chronischen Erkrankungen
- gegen Übersäuerung  
→ antientzündlich  
→ schmerzlindernd

Gern beraten wir Sie.

Bitte sprechen Sie uns an.

## Volkskrankheit Rückenschmerzen

Rückenschmerzen sind eine Volkskrankheit. In der heutigen Zeit vor allem hervorgerufen durch Bewegungsmangel, aber auch das einseitige Belasten am Arbeitsplatz und Übergewicht sind wichtige Risikofaktoren für die Rückengesundheit. Sport und Bewegung sind daher feste Bestandteile in der Therapie von Rückenerkrankungen und ideal, um Rückenbeschwerden vorzubeugen.

### Rückenschmerz ist nicht gleich Rückenschmerz

Wichtige Unterschiede ergeben sich aus

- **dem zeitlichen Verlauf**  
*akut:* Schmerzen, die erstmals oder nach mindestens sechs schmerzfreen Monaten auftreten und höchstens sechs Wochen anhalten  
*subakut:* Schmerzzustand zwischen akut und chronisch - besteht länger als sechs Wochen  
*chronisch:* Schmerzen seit mehr als zwölf Wochen
- **der Häufigkeit:** von der einmal auftretenden (akuten) Episode über wiederkehrende Phasen bis zur anhaltenden, chronischen Schmerzkrankheit gibt es bei Rückenschmerzen viele Varianten.
- **der Ausprägung:** Rückenschmerzen können kaum, mäßig oder wechselnd stark spürbar bis geradezu unerträglich sein.
- **dem Schmerzcharakter:** von lokal dumpf, tief, stechend bis brennend und ausstrahlend

### Risikofaktoren für Rückenbeschwerden

- Langzeitsitzen
- Bewegungsmangel
- Übergewicht
- Genetische Disposition
- Falsche Ernährung
- Rauchen
- Psychische Belastungen
- Schwere körperliche Arbeit, Fehlbelastung
- Unzufriedenheit am Arbeitsplatz

### Kleine Rückenschule für zwischendurch

- Nehmen Sie beim Stehen und Sitzen häufig und bewusst die aufrechte Haltung mit leicht nach vorn gekipptem Becken ein
- Richten Sie den Brustkorb häufiger nach vorne und oben auf
- Strecken Sie Ihren Hinterkopf nach hinten oben
- Spannen Sie Ihre Schulterblätter bei Ihren Armbewegungen nach hinten unten in Richtung Kreuzbein
- Wechseln Sie öfters Ihre Haltung beim Sitzen oder Stehen
- Legen Sie während der Arbeit im Sitzen häufig kleine Bewegungspausen ein
- Heben und tragen Sie Lasten nah am Körper
- Bücken Sie sich mit gespreizten Beinen und geradem Rücken, beugen Sie Ihre Knie- und Hüftgelenke.