Ihre Praxiszeitung in Gesundheitsfragen

WILLKOMMEN

Mit unserer jahrelangen Erfahrung und modernsten Methoden der Schmerzbehandlung stehen wir Ihnen zur Seite.

Unsere speziellen Schmerztherapiebehandlungsmethoden sind ein Baustein im Konzept der multimodalen Behandlung gemeinsam mit anderen Fachkollegen und Ihrem Hausarzt.

Ein ganzheitliches Behandlungsangebot bildet die Grundlage unserer Arbeit.
Neben schulmedizinischen Methoden, bieten wir Ihren auch alternative Heilverfahren wie z. B. Akupunktur, Neuraltherapie und Komplementärmedizin.

Medizin ist Dienstleistung am Menschen: Wir kümmern uns um Sie!

Der Frühling ist da – und die Pollen!

Des einen Freud, des anderen Leid: Für die meisten ist der Frühling mit freudigen Frühlingsgefühlen verbunden. Für Heuschnupfengeplagte beginnt dagegen die Zeit der Niesattacken, des Nasenkribbelns und der geröteten Augen. In Deutschland ist etwa jeder Sechste betroffen – mit steigender Tendenz! Auslöser der Heuschnupfen-Attacken sind Pollen von Bäumen, Sträuchern, Gräsern und Getreide. Über die Atemwege gelangen sie in den gelangen sie in den Körper und lösen bei überempfindlichen Menschen eine allergische Reaktion aus.

Einige Tipps, die das Leben leichter machen

- Achten Sie auf die Vorhersagen der Pollenflugdienste, damit Sie wissen, wann die Pollen fliegen, auf die Sie allergisch reagieren
- Fahren Sie, wenn möglich, dann in den Urlaub, wenn der Pollenflug zu Hause am stärksten ist. Bevorzugen Sie einen Urlaub im Hochgebirge oder an der See.
- Seien Sie vorsichtig mit Honig und Kräutertees, da diese Pollenrückstände enthalten und auch durch Verschlucken eine allergische Reaktion ausgelöst werden kann.

Während der Pollenflugzeit sollten Sie Folgendes beachten:

- Halten Sie sich bevorzugt in geschlossenen Räumen auf und tragen im Freien eine (Sonnen-) Brille. So können Sie den Kontakt mit Pollenkörnern, vor allem am Auge, reduzieren.
- Immer erst am Abend lüften, die Pollenkonzentration in der Luft ist in der Regel dann am niedrigsten.
- Bei Wind sollten Sie die Fenster geschlossen halten, da die Pollenbelastung der Luft dann besonders hoch ist.
- Eventuell Pollenschutzgitter für die Fenster kaufen
- Tageskleidung nicht im Schlafzimmer aufbewahren
- Am Abend die Haare waschen, damit Sie die Pollen nicht mit ins Bett tragen
- Bei geschlossenem Fenster schlafen
- Wäsche nicht im Freien trocknen
- Gartenarbeit vermeiden, besonders Rasenmähen
- Eventuell einen Pollenfilter in die Autolüftung einbauen lassen

Besonders vor Beginn der Pollensaison lassen sich mit der Akupunktur die Abwehrkräfte steigern. Während des Pollenfluges können mit bestimmten Akupunktur-Punkten Beschwerden wie verstopfte Nase oder Niesattacken deutlich gebessert werden. Mit einer Kombination von Ohr- und Körperakupunktur werden Energie-Dysbalancen im Lungen-Meridian ausgeglichen.

Die Neuraltherapie ist ein Verfahren aus dem Bereich der Alternativmedizin. Wir nutzen diese Methode, um Erkrankungen aufzuspüren und Schmerzen, organische Störungen und chronische Entzündungen zu lindern. Dazu spritzen wir ein örtlich wirksames Betäubungsmittel (Lokalanästhetikum) in spezielle, vorher festgelegte Körperstellen.

Bei der Neuraltherapie sind die Anwendungsgebiete sehr vielfältig. Wir behandeln mit dieser spezielle Form der lokalen Betäubung jedoch hauptsächlich bei:

- Schmerzen des Bewegungsapparats,
- Rheuma,
- Nervenschmerzen,
- Kopfschmerzen,
- Schwindel oder
- Tinnitus.

Gern beraten wie Sie.

Bitte sprechen Sie uns an.

Spinalkanalstenose

Bei einer Spinalkanalstenose ist der Wirbelkanal verengt. Dadurch geraten Nerven buchstäblich in die Klemme. Die Folge: Schmerzen und Missempfindungen. Eine Spinalkanalstenose kann in jedem Abschnitt der Wirbelsäule auftreten, meistens ist aber der Lendenwirbelbereich betroffen. Da es sich um eine verschleißbedingte Erkrankung handelt, sind zumeist Personen aus dem mittleren Lebensalter betroffen. Sie leiden zunächst unter belastungsabhängigen Rückenschmerzen, die manchmal bis in die Beine ausstrahlen.

Wie kommt es dazu?

Hierzu gibt es mehrere Möglichkeiten:
Der Faserknorpel der Bandscheiben verliert mit der Zeit seine Festigkeit und der im Inneren befindliche Gallertkern kann austreten – man spricht von einem Bandscheibenvorfall. In manchen Fällen verengt der austretende Kern auch den Spinalkanal und drückt auf das Rückenmark.
Der Großteil des Körpergewichts lastet auf der Wirbelsäule. Dadurch kann es zu Verschleißerscheinungen an den einzelnen Wirbelknochen kommen, welche dann eine Verengung des Wirbelkanals zur Folge haben.
Wenn die Wirbelsäule altersbedingt an Höhe verliert, lässt der Zug auf die an den Seiten befindlichen Bänder nach. Sie werden dicker und engen möglicherweise den Spinalkanal und das Nervengewebe ein.

Therapiemöglichkeiten

konservativ	operativ
Verordnung von schmerzlindernden Medikamenten – frühzeitige Schmerztherapie verhindert chronischen Verlauf	Haben die konservativen Methoden keine Linderung verschaffen können, hilft bei sehr starken Schmerzen als letztes Mittel oft nur die operative Erweiterung des Spinalkanals. Die Entscheidung für eine Operation fällt auf Grund der Risiken oft schwer und Patienten sollten sich Zeit nehmen um mehrere ärztliche Meinungen einzuholen.
Bei starken Schmerzen kommt eine Infiltration in Frage – es wird ein lokal wirkendes Betäubungsmittel in den schmerzrelevanten Bereich injiziert – dieses unterbricht Schmerzweiterleitung ins Gehirn	
Durch verschiedene Verfahren in der Physiotherapie sollen Stabilität, Bewegungs- und Funktionsfähigkeit der Wirbelsäule verbessert werden. Dies geschieht meist durch krankengymnastische Übungen.	
Durch Akupunktur soll der gestörte Energiefluss innerhalb bestimmter Längsbahnen im Körper reguliert werden. Es soll eine schmerzlindernde Wirkung erreicht werden.	