

Vom Fuß bis in den Kopf und umgekehrt



In ihrem Buch »Ganzheitliche Schmerztherapie« beschreibt die Heilpraktikerin Sabine Bayr, wie sie bei der Untersuchung von Schmerzen in Schulter, Nacken, Kopf u. a. vorgeht, um deren Ursachen auf den Grund zu gehen und den richtigen Behandlungsansatz zu finden. Ihr Fokus liegt – zurecht – auf eventuellen körperlichen Fehlstellungen, Beinlängendifferenzen

etc. Häufig findet sie einen Beckenschiefstand, dessen Korrektur durch Einrenken, Dorn, Osteopathie u. a. meist schnelle Schmerzlinderung bringt und die Beweglichkeit verbessert. Doch Erfahrungswerte und eine Analyse mittels 3D/4D Rückenscanner zeigen ihr, dass das Problem damit nicht endgültig behoben ist: Fußfehlstellungen nehmen erheblichen Einfluss auf die gesamte Körperstatik und führen dadurch zu Rückfällen. Unbehandelt können sie sogar die Entwicklung einer Skoliose begünstigen oder Bandscheibenvorfälle, Ischialgien, Rücken- und Schulterschmerzen auslösen.

Um also eine dauerhaftere Lösung für ihre Patienten zu haben, entwickelte die Heilpraktikerin gemeinsam mit der Orthopädiemeisterin Manuela Zimmermann für ihre Patienten eine ganzheitliche Schmerztherapie mit neurophysiologischen Therapiesohlen, um die Körperstatik ihrer Patienten zu verbessern. Dieses war eins der Projekte, die 2016 mit dem »QUIRIS-Therapiepreis« für innovative Therapiekonzepte ausgezeichnet wurden.

Darüber hinaus enthält das Buch viele weitere Tipps aus der Praxis. So kann die Ursache

von Kopfschmerzen auch ein Magnesiummangel sein oder eine gut angepasste Brille bei Augenproblemen die Körperhaltung verbessern und zur Schmerzlinderung beitragen. Man sollte also nicht nur in eine Richtung denken.

Fazit: Irgendwie hängt alles zusammen, daher ist ein ganzheitlicher Ansatz immer dem Fokus auf ausschließlich eine Körperregion vorzuziehen. Das Buch bietet eine schöne Übersicht vermeintlich bagatellhafter lokaler »Problemchen«, die schmerzhaft Kettereaktionen auslösen können und doch häufig relativ einfach zu behandeln sind, wenn man den richtigen Ansatzpunkt wählt.

S.D.

Sabine Bayr: Ganzheitliche Schmerztherapie – Aus meiner Praxis

Eigenverlag 2018, 108 S., brosch.,
ISBN 978-3-00-060742-4, Preis: 14,90€