



Die Revolution des Schmerzverstehens

Schmerz- und Physiotherapeut Tobias Eisele gibt Hoffnung auf Schmerzheilung

ASCHAFFENBURG. Schmerz- und Physiotherapeut Tobias Eisele aus Aschaffenburg berichtet über die neue Schmerztherapie, mit der über 90 Prozent aller Schmerz betroffenen geholfen werden kann. Selbst Menschen, die nicht mehr an Linderung glaubten, führen heute ein schmerzfreies Leben. **Prima-Sonntag** hat mit ihm gesprochen.

Was ist das Besondere an Ihrer Schmerztherapie?

Sie ist eine Revolution, eine Methode der Befreiung von Schmerzen, egal welchen Ursprungs. Die Entdeckung ist, dass Schmerzen meistens nicht durch körperliche Schäden entstehen. Sie werden im Gehirn gesetzt, um den Körper vor bestehenden Schäden am Bewegungssystem zu warnen.

Wie entstehen dann Ihrer Meinung nach Schmerzen?

Die meisten Schmerzen entstehen durch die gestörte Symmetrie in einem Bereich des Körpers. Schmerzen sind aus unserer Sicht Fehlspannung in den Muskeln. Diese Fehlspannungen entstehen durch unseren Alltag, in dem die verschiedenen Muskelkräfte nicht mehr harmonisch und ausbalanciert miteinander arbeiten.

Wie können Sie den Menschen den Schmerz nehmen?

Mit unserer Therapie beseitigen wir diese Fehler, die Disharmonie, dann verschwinden auch die Schmerzen - und zwar ursächlich, ohne Medikamente oder Operationen, auf vollkommen natürliche Weise und verblüffend schnell.

Wie ist es denn z.B. bei Arthrose oder Bandscheibenvorfall?

Dies gelingt - zur Freude und Hoffnung tausender Schmerzpatienten - auch dann, wenn konkrete Schädigungen bereits vorliegen, die z.B. schulmedizinisch mittels bildgebender Verfahren diagnostiziert wurden.

Funktioniert Ihre Therapie bei allen Schmerzen?

Bei über 90% aller Schmerzen wirkt die Schmerztherapie. Das können z.B. Schmerzen an Kopf, Nacken, Schulter, Arme, Rücken oder Beine sein. Also auch allgemein bekannte Diagnosen, wie z.B. die Fibromyalgie, Weichteilrheuma oder Arthrose.

Es gibt ja Menschen, die haben schon einige Jahre Schmerzen und gelten als austerapiert! Können Sie denen auch helfen?

Ja! Es spielt keine Rolle, wie lange die Schmerzen schon vorhanden sind. Wie gesagt: Auch bei so langen Schmerzen können wir bei 90% helfen. Ich hatte gerade kürzlich eine Patientin, die 30 Jahre lang Rückenschmerzen hatte, oder auch eine Patientin mit über 20 Jahren Kopfschmerzen. Beide waren nach der zweiten Behandlung schmerzfrei!

Jetzt heißt es doch oft: Ihre Schmerzen kommen von der Arthrose?

Das ist nicht richtig. Arthrose ist ja bekanntlich Abnutzung (die Schädigung) von Knorpel, Knorpel hat aber gar keine Nerven, kann also gar nicht wehtun! Für mich eine Verlegenheitsaussage. Es sind fast immer die Muskeln, durch deren

Fehlspannung das Gelenk quasi zusammen gepresst wird. Und dann entsteht die Arthrose, also die Schädigung des Knorpels.

Sie sprechen von der „Revolution des Schmerzverstehens“, was meinen Sie genau damit?

Die Funktion der meisten Schmerzen - wir nennen sie deshalb Alarm-Schmerzen - ist der Schutz unseres Bewegungssystems. Denn die meisten Schmerzen haben bekanntermaßen etwas mit Bewegung zu tun. Wird ein solcher Alarm Schmerz zum Schutz des Systems geschaltet, lässt der Betroffene Mensch von der geplanten Bewegung - die ihn schädigen würde - ab. Das aber führt in die Sackgasse zunehmender Verkürzung und Bewegungseinschränkung. Nach dem neuen Schmerzverstehen führt nur die gezielte Gesundheitsprogrammierung der Muskeln zur dauerhaften Schmerzfreiheit. Die Schmerzen werden größtenteils von Muskeln, Engpässen in diesen Muskeln und falsch antrainierten Muskelprogrammen verursacht.

Wie lange dauert die Schmerztherapie und wann setzen die ersten Erfolge an?

Schon während der ersten Sitzung merkt man eine Entlastung und eine große Schmerzreduktion. Durchschnittlich brauchen wir 2 bis 3 Behandlungen à 1 Stunde. Mit der dritten Behandlung sind die meisten Patienten schmerzfrei, allerdings kommt es hier auch darauf an, ob der Patient die speziellen Übungen korrekt und regelmäßig durchführt. Hier haben wir aber auch die Verantwortung, den Patienten die Wichtigkeit der Übungen deut-

lich zu machen und gegebenenfalls genauer an der Übungstechnik zu arbeiten.

Welche Hauptursache hat die Volkskrankheit Rückenschmerzen?

Der menschliche Körper ist für Bewegung geschaffen. Wir nutzen allerdings in der heutigen Zeit nur noch ca. 20% der Bewegungsmöglichkeiten, die wir haben. So entstehen Fehlbelastungen z.B. durch das dauerhafte Sitzen. Wir sitzen beim Frühstück, im Auto, in der Arbeit, abends vor dem Fernseher auf dem Sofa. Das Resultat ist eine hohe Einseitigkeit der Bewegung: Unsere Muskulatur ist komplett in einem Spieler-Gegenspieler-System aufgebaut. Mit jeder Bewegung baut sich Spannung im Muskel auf. Diese verlässt den Muskel allerdings nur, wenn die volle Gegenbewegung da wäre. Diese fehlt in den meisten Bewegungsabläufen unseres Alltags, auch im Sport. So baut sich Restspannung im Muskel auf, die zu Schmerzen führt. Der Muskel wird immer kürzer und fester. Normalerweise sind unsere Muskeln in einem harmonischen Zugkraft-Gleichgewicht, durch diese Restspannung allerdings sind diese Zugverhältnisse verschoben. Es kommt zu Schmerz und Fehlbelastung und damit zur drohenden Schädigung bzw. Abnutzung. Wir nennen dies Alarmschmerz, weil der Schmerz uns warnen soll.

Wie funktioniert die Schmerztherapie? Wie kann man sich das Umprogrammieren der Fehlstellung in der Muskulatur vorstellen?

Das Umprogrammieren der Muskulatur bedeutet das Entnehmen der Spannung aus dem Muskel. Durch Schmerzpunkt-Druck wird möglichst viel Spannung und somit auch der Schmerz aus dem Muskel entnommen. Allgemein herrscht das falsche Bild, dass Abnutzung zu Schmerzen führt. Wer kennt das nicht: Man geht zum Arzt und nach dem Röntgen wird eine schwere Arthrose diagnostiziert. Das ist eine Verlegenheitsdiagnose, da Arthrose keinen Schmerz verursachen kann, da im Knorpel keine Schmerzrezeptoren vorhanden sind. Es sind fast immer Muskeln für den Schmerz zuständig.

Welchen Patienten kann man damit helfen und was bringt das gewonnene Wissen für das alltägliche, oft hektische Leben?

Es kann jeder Schmerzpatient behandelt werden. Egal wie alt, egal welche Schädigung vorliegt, egal wie lange man unter Schmerzen gelitten hat oder welche Behandlungen man vorher durchmachen musste: Die belegte Erfolgsquote von 96,7% spricht für die Therapie. Jeder Patient kriegt individuell angepasste Übungen „verschrieben“. Diese Übungen kräftigen einerseits, andererseits erweitern sie auch die Beweglichkeit des Patienten. Wer diese Übungen regelmäßig ausübt, kann dauerhaft schmerzfrei bleiben.

Ist die Schmerztherapie also das Ende der Volkskrankheit Rückenleiden?

Ja. Definitiv. Alleine die Erfolgsquote spricht für sich. Die Therapie ist eine Revolution.