

Myofasziale Triggerpunkte sieht man nicht auf Bildern – genaue Messungen führen uns zu den Schmerzauslösern!!

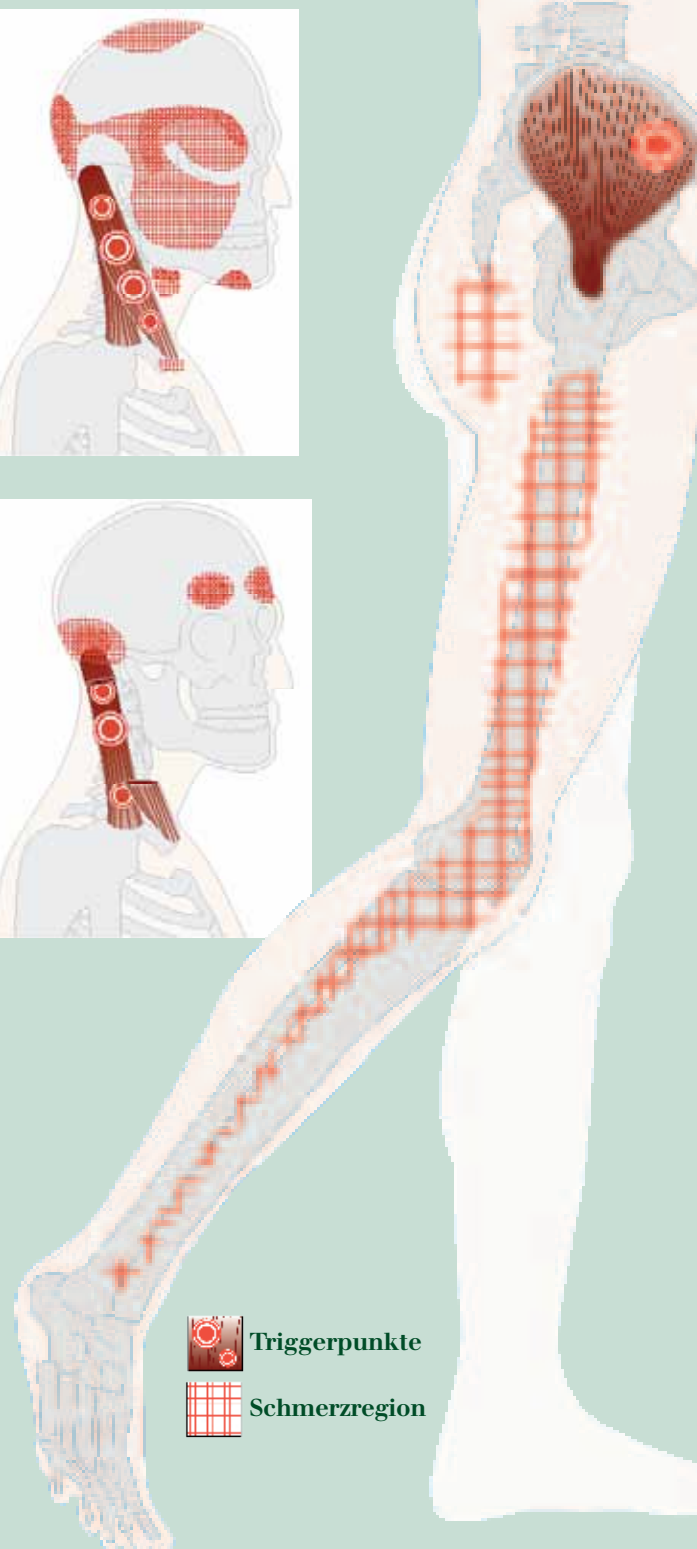
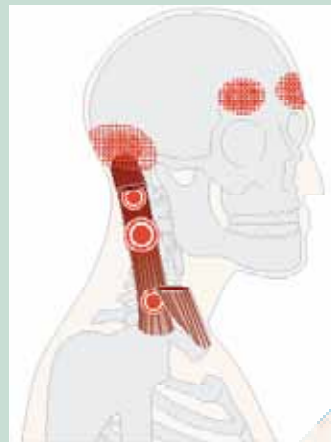
Mehr als die Hälfte aller Schmerzen des Rückens, Nackens und der Gelenke haben ihre Ursache in schmerzhaften Veränderungen der Muskulatur – den myofaszialen Triggerpunkten. Die zu finden ist aber nicht immer so einfach.

Erstens sieht man sie nicht auf den Röntgen-, CT-, MRT-, Szintigrafie- und auch nicht auf den normalen Ultraschallbildern.

Zweitens sind sie oft nicht dort, wo der Schmerz empfunden wird, sondern lösen die Schmerzen nur aus (trigger ist das englische Wort für Auslöser). Wahrgenommen werden die Schmerzen dann oft in einer anderen Region des Körpers. Um den „Auslöser“ = Triggerpunkt, der die Schmerzen verursacht, zu finden, muss man die Zusammenhänge genauer kennen.

Einerseits führt den erfahrenen Therapeuten die Schilderung des Patienten zum Ort der Schmerzauslösung: Wann und bei welcher Gelegenheit hat das angefangen? Welche Tätigkeiten oder Bewegungen lösen die Schmerzen aus oder verschlimmern sie? Umgekehrt, in welchen Haltungen, bei welchen Bewegungen oder Tätigkeiten geht es besser? Aus dem Bericht des Patienten und den Antworten auf gezielte Fragen können Rückschlüsse gezogen werden, welche Muskeln bei der Schmerzauslösung unter Spannung oder Druck stehen und die Entspannung welcher Muskeln die Beschwerden lindert. Das gibt schon einen ersten Hinweis auf den Ort der Schmerzauslösung.

Andererseits wissen wir aber auch, dass Ansammlungen von Triggerpunkten in einem Muskel, die Schmerzen (auch gegebenenfalls an ganz anderem Ort – den „Übertragungsschmerz“) auslösen, diesen Muskel auch in seiner Funktion einschränken, ihn verkürzen. Das führt zu einer für diesen Muskel charakteristischen Bewegungseinschränkung von Gelenken oder Wirbelsäulenabschnitten sowie oft auch zu



tt Röntgen

einer Veränderung der Haltung und der Statik.

Der gut ausgebildete und erfahrene Triggerpunkt-Therapeut kann also nicht aus Bildern (Röntgen, MRT, CT ...), sondern aus dem ausführlichen Gespräch mit dem Patienten, aus einer gründlichen Untersuchung mit den Augen, den Händen und gegebenenfalls auch mit speziellen Messgeräten den Ort der schmerzauslösenden Veränderungen in den Muskeln, Sehnen und Faszien finden. Erst wenn die kleinen Strukturveränderungen, die oft deutlich weniger als einen Millimeter groß sind, gefunden worden sind, kann man sie auch mit verschiedenen Methoden behandeln und in den meisten Fällen aus dem erkrankten Gewebe, das Schmerzen auslöst, wieder gesundes, schmerzfreies Gewebe machen. Triggerpunkte werden nicht zertrümmert oder zerschossen, auch wenn bei einigen Therapeuten Stoßwellen zum Einsatz kommen, mit denen unter anderem auch Nierensteine „zerschossen“ werden können.

Lediglich ein Stoßwellengerät auf den Schmerzpunkt zu halten, ist also keine Triggerpunkt-Therapie!

In der IGTM wurde in vielen Jahren aus der Erfahrung vieler Triggerpunkt-Therapeuten ein Untersuchungs- und Behandlungskonzept entwickelt: die „IGTM Schmerz- und Triggerpunkt Osteopraktik®“, die auf diesen Erkenntnissen aufbaut. Die IGTM schult Ärzte, Heilpraktiker und Physiotherapeuten darin, Triggerpunkte effektiv zu finden und zu behandeln. Therapeuten, die diese Ausbildung mit einer bestandenen Prüfung abgeschlossen haben, finden Sie im Internet unter www.igtm.org.

Den erfahrenen Triggerpunkt-Therapeuten erkennen Sie daran, dass er sich Zeit lässt für das ausführliche Gespräch, die gründliche Untersuchung und in vielen Fällen auch die Messung der Haltung sowie der Gelenk- und Wirbelsäulenbeweglichkeit.

OSTEOPRAKTIKER in Ihrer Nähe:



**Praxis für Naturheilkunde
Barbara Sternke u. Sandra Makki**
Eintrachtstr. 28
65193 Wiesbaden
Tel.: 0611 - 187 43 03
Sandra Makki Mobil: 0172 - 614 07 72
info@naturheilpraxis-sternke.de
www.naturheilpraxis-sternke.de



**Orthopädisch-Unfallchirurgische
Gemeinschaftspraxis in Worms
Dr. med. Eckhard Hasch**

Karmeliterstr. 6a
67547 Worms
Tel.: 06241 - 69 55
hasch@ortho-worms.de
www.ortho-worms.de



**Orthopädische Privatpraxis
Professional Applied Kinesiology
Dr. med. Achim Urban**

Karmeliterstr. 6a
67547 Worms
Tel.: 06241 - 93 66 94
urban@privatpraxis-urban.de



**Praxis Bergstraße
Orthopädie und
Naturheilverfahren
Dr. med. Boris Bakki**

Bergstr. 34
69120 Heidelberg
Tel.: 06221 - 65 69 79 - 0
drbakki@praxisbergstrasse.de
www.praxisbergstrasse.de