

Schmerz lass nach !

Ein berechtigter Wunsch im Hinblick auf einen sinnlosen, die Sinne verwirrenden und den Lebenssinn beeinträchtigenden Lebensbegleiter. Berechtigt, wenn alle Prinzipien einer gesunden Lebensweise berücksichtigt wurden und kein Raubbau getrieben wurde mit den Kräften des eigenen Körpers. Schon etwas weniger berechtigt mit Blick auf die Selbstverständlichkeit unseres Lebensstandards, wenn der globale Raubbau an den Ressourcen unseres Planeten als mögliche Ursache mitdiskutiert wird. Immerhin geht die zunehmende Dekompensation der Selbstheilungskräfte des Menschen parallel mit jener unserer Erde. Abnahme von Sauerstoffgehalt, Entgiftungs-, Abwehr- und Erneuerungskräften und Zunahme krankmachender Einmischungen finden gleichzeitig und in direktem Zusammenhang in der menschlichen Zelle und der irdischen Atmosphäre statt. Etwa 30 % der Menschen der westlichen Industrienationen, davon 80 % Frauen, leiden inzwischen an den Symptomen einer Dekompensation ihrer Selbsterhaltungskräfte, dem entgleisten Zusammenspiel ihres Immun-, Nerven- und Hormonsystems. Die Folge sind unklare Muskel- und Gelenkschmerzen, Erschöpfungszustände, Störungen der Temperaturregulation oder der Verdauung, Allergien, Depressionen, Mangel an Lebensfreude, Lebenskraft und Lebensqualität. Hausarzt und Fachärzte schließen organische Ursachen aus und ordnen die Symptome einem Krankheitsbild wie Fibromyalgie, Weichteilrheuma, chronisches Müdigkeits- und Immunmangelsyndrom, reaktivierte Infektion oder unklare Chemikalien- oder Allergenbelastung zu. Eine dauerhafte Heilung sei nicht möglich, eine Behandlung schwierig, erst Recht im Rahmen der Kassenmedizin. Wenigstens braucht man/Frau sich jetzt nicht mehr als Simulant oder Psychopath schimpfen zu lassen. Seinen Zustand erkannt zu wissen, hilft ihn anzunehmen. Bei der Suche nach Heilung helfen Experten, Selbsthilfegruppen, Fachliteratur und Internet. Die Aufbauarbeit an den Kräften von Körper, Geist und Seele kann beginnen. In diesem Zusammenhang hält kommenden Mittwoch, um 19.30 Dr. Khalil Kermani, Arzt für Orthopädie aus Wilnsdorf, in der Siegerlandhalle einen Vortrag mit anschließender Therapiedemonstration. Organisator ist die Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe Siegen. Nach einer Beschreibung des Krankheitsbildes der Fibromyalgie und ähnlicher Schmerzsymptome des Bewegungsapparates wird auf die Möglichkeiten einer Selbsthilfe und einer Therapie bei chronischen Schmerzen des Bewegungsapparates eingegangen. Die Grundzüge von Osteopathie, Neuraltherapie und Akupunktur werden dargestellt und die Möglichkeiten und Zusammenhänge einer sanften, osteopathischen Behandlung im Kreise der Teilnehmer vorgeführt. Anschließend ist Zeit für Fragen zum Themenkreis.

Dr. K. Kermani

Was ist Fibromyalgie?

Faser-Muskel-Schmerz
in mindestens 3 Körperregionen
mehr als 11 von 18 "Tender-Points",
länger als 3 Monate

nicht-entzündlich und nicht psychisch bedingt

Häufigkeit:

etwa 2 % der Bevölkerung - überwiegend Frauen

Begleitsymptome

Schlafstörungen
Müdigkeit
Morgensteifigkeit
Reizdarm 30%
Parästhesien 60 %
Kopfschmerzen 50 %
Angstzustände
Depressionen
vegetative Lokalsymptome
und bis zu 140 weitere Symptome

Verschlimmernde Faktoren

seelischer oder körperlicher Stress

Schlafdefizit

Depression

Angst

Kälte, feuchtes Wetter, Wetterwechsel

auslösende Faktoren

Erschöpfung des Immunsystems nach:

Verletzungen: Körperlich – seelisch – Operation

Infektionen

chromosomale Störungen

REDD-Syndrom:

Pathophysiologie

Fibromyalgie als :
gemeinsame Endstrecke verschiedener Erschöpfungssyndrome
in Folge
einer Erschöpfung der Schmerzhemmung
und einer
Überforderung der Mechanismen
zur Verhinderung einer Chronifizierung

Ähnliche Erkrankungen:

Chronisches Erschöpfungs-Syndrom (CFS)

Dermatomyositis

Eosinophilie-Myalgie-Syndrom (EMS)

Polymyalgia rheumatica

„Weichteilrheuma“

Ausschluss organischer und infektiöser Ursachen
durch Labor und Röntgen !

Aktive Maßnahmen

Bewegung in Maßen
z.B. Aerobic, Schwimmen, Walken, Spazieren

Ernährung:

viel Vitalstoffe: Gemüse, Salat und Vollkornprodukte
Wenig Belastendes: Fleisch, Fett und Süßes
Vermeidung einer Übersäuerung
Vermeidung möglicher Allergene

Physikalische Maßnahmen

Wärme
z.B. Sandbank, Infrarot-Kabine, Thermalbad

Kälte
z.B. in der Kältekammer -110 Grad

Physiotherapie:

sanfte Massagen

Lymphdrainage

Akupunkturmassage nach Penzel

sanfte Wirbelsäulentherapie nach Dorn und Breuß

Krankengymnastik

Medikamente:

Muskelentspannende Präparate
Schmerzmittel wie Tramal
Antidepressiva wie Saroten retard
nicht angebracht: Cortison und sonstige Rheumamittel

Medizinische Maßnahmen:

Injektion von Lokalanästhetika (Neuraltherapie)
Akupunktur
Osteopathie

Psychologische Maßnahmen

Schmerzbewältigungsstrategien (Verhaltenstraining)
Selbstbehandlungsverfahren
Entspannungsverfahren (progressive Muskelrelaxation)
Psychotherapie

Wissenschaftliche Forschungsergebnisse zur Diagnostik:

- ▶ Niedrige Carnitin-Werte in der Muskulatur
- ▶ Substanz P in der Muskulatur (sonst nur im Liquor zu finden)
- ▶ Kältere Hautoberfläche und verminderte Blutdurchlaufgeschwindigkeit im Bereich der Tender-Points
- ▶ Gene, die auf eine Vererbung hinweisen
- ▶ Hohe Antikörper-Werte gegen Serotonin, Ganglioside, Phospholipide
abnorm niedrige Cortisolspiegel im Urin

RNASE ENZYME DEFICIENCY DISEASE