

Nachbericht: Erfolgreicher Schnuppernachmittag mit Vorträgen und Kursen

Das Gesundheitsforum Eningen e.V. lud alle gesundheitsinteressierten Personen und Unternehmen in Eningen ein. Es wurden verschiedene Aktivitäten und Schnupperkurse über den Tag hinweg angeboten. Auch gab es die Möglichkeit Informationen über die Gesundheitsangebote zu bekommen und interessante Vorträge zu verfolgen.

Ein Nachmittag, der vor allem den Berufstätigen im Arbachtal gewidmet war, um ihnen, zu einem arbeitsplatznahen Gesundheitsangebot, Anregungen zu bieten. Beim Vortrag „Schmerzen in Gelenken und Muskeln“ erklärte die Physiotherapeutin Veronika Bittner-Wysk den Zuhörern die Ursachen von sogenannten „Funktionsstörungen“ am Bewegungsapparat, von denen bereits Dr. Brügger, ein Schweizer Neurologe, Rheumatologe und Psychiater sprach. Es geht um die Erklärung zahlreicher Beschwerden, bei denen die bildgebenden



Physiotherapeutin Veronika Bittner-Wysk über Schmerzen in Gelenken und Muskeln

Untersuchungen (Röntgen, CT oder MRT) keine oder keine ausreichend passende Erklärung geben können. Es sind Schmerzen, die bei bestimmten Bewegungen als warnende Bremsen auftreten, an verschiedenen Körperstellen Anspannung oder Dehnung verhindern und Bewegungsumwege anbahnen – ein neurologisches reflektorisches Geschehen zum Schutz gefährdeter Strukturen! Durch ungünstige Bewegungsgewohnheiten, Überlastungen und einseitigen Körperhaltungen kommt es zu

Muskelverkürzungen, Weichteil- und Gelenkreizzuständen, die einen lange plagen können, lange bevor es dann zu zerstörenden Wirkungen am Körper kommt.

Prof. Grönemayer betont heute genauso den Einfluss seelischer Faktoren, die z.B. sehr häufig Rückenschmerzen begünstigen, wie z.B. Stress in Familie und Beruf, Zeitdruck und Überforderung.

Um diese Phänomene zu analysieren und zu erklären und schließlich gezielt wirksam bekämpfen zu können, brauchen Patient und Physiotherapeut eigentlich mehr Zeit, als es die heute normale 20-Minuten Behandlung vorsieht. Es empfiehlt sich vielmehr ein sogenannter Physio-Check, in dem eine ausführliche Befragung des Patienten, Auswertung seiner Bewegungsgewohnheiten etc. erfolgen kann, um eine sinnvolle Präventionsempfehlung geben zu können, bzw. Informationen zu sammeln, um eine „Funktionsanalyse“ zu erstellen, die dem Patient und seinem behandelnden Arzt wichtige physiotherapeutische Aspekte zur Diagnostik und nötigen Behandlung bietet.

Anschließend konnten interessierte, einzelne Zuhörer gleich einen kurzen Einblick in einen Physio-Check erfahren. Andere konnten gleich bei verschiedenen Präventionskursen mitmachen. Frau Seemüller, Frau Simon und Frau Röhm-Schmid aus der Praxis PHYSIO-Bittner-Wysk in Eningen zeigten Elemente aus dem Yoga, der funktionellen Fitness, der Rückenschule im Freien, der Rückenfitness mit Tanelementen und den Entspannungstechniken.

Zum Abschluß des Schnuppernachmittags hielt Henry Marc, der Professor für TCM an der medizinischen Fakultät der KSU ist, den Vortrag über "Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), ist mehr als nur Akupunktur". Die TCM fußt auf der taoistischen Lehre mit Einflüssen aus der buddhistischen, tibetischen, als auch aus der ayurvedischen Medizin. Deshalb gehört zur TCM-Ausbildung, die in 5 bis 8 Jahren in Vollzeit erfolgt, auch die Philosophie des Taoismus. In der TCM wird eine Anamnese durchgeführt, wie in der Schulmedizin. Doch die Besonderheiten der TCM sind anders. Sie zeigen sich in der Puls- und Zungendiagnose,

aus der wichtige Informationen über den Gesundheits- bzw. Krankheitszustand gewonnen werden. Bei der Pulsdiagnose werden 42 Pulsqualitäten unterschieden. Bei 12 Organbezogenen Pulsen ergibt das 504 Pulsmöglichkeiten. Jedem wird damit bewusst, dass es nicht möglich ist, all dies in einem Seminar zu erlernen. Bei der Zungendiagnose ist die Zunge in Regionen für die einzelnen Organe eingeteilt. Nach Professor Marc ist auch der Zungenkörper sehr verräterisch und hilft dem TCM Therapeuten, Krankheiten gut und schnell zu erkennen.

Auch spielen bei der Diagnose jahreszeitliche, äußere und innere Faktoren eine nicht unerhebliche Rolle.

Die äußeren Faktoren mit Wind, Hitze, Sommerhitze, Trockenheit, Nässe und Kälte kennen wir auch bei uns in der westlichen Medizin. Doch in der TCM wird der Einfluss auf die Gesundheit mit einbezogen. Diese Faktoren wirken nicht nur von außen. Nein, sie können auch innen erkennbar werden. Zum Beispiel spricht man in der TCM von einer Sommerhitze bei Frauen, wenn sie in den Wechseljahren sind. Oder wenn Hitzeempfindungen eintreten, die durch Hormonpräparate oder Präparate bei Chemotherapie verursacht werden. Innere

Faktoren sind auch Emotionen, wie Wut, Zorn, Freude, Grübeln, Sorgen, Traurigkeit und Angst, die Auswirkungen auf das



Prof. Dr. h. c. Henry Marc über traditionelle chinesische Medizin

Gesundheitsgeschehen haben.

Die Akupunktur ist nur eine von vielen möglichen Teilbereichen in der TCM, die der Gesundheit dienen. So gibt es auch die Tuina Massage, die Moxibustion (eine Wärmeanwendung), das Qi Gong und die Chinesischen Kräuter. Alles in Allem durfte jeder Zuhörer mit mehr als einer einfachen Information aus dem Vortrag gegangen sein.

Weitere Informationen:

www.gesundheitsforum-enningen.de