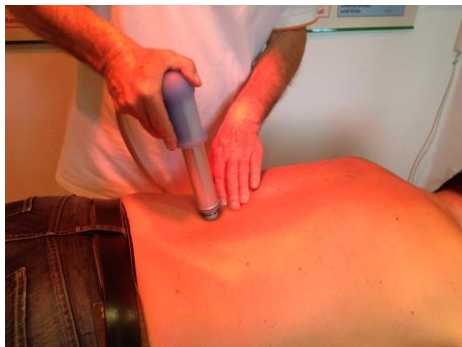


# Osteopraktik –Trigger – Stoßwellen -Therapie

nach Dr. Wolfgang Bauermeister |



**Die Osteopraktik -Trigger-Stoßwellen-Therapie (TST) ist eine ursächliche Behandlung von Schmerzen des Muskel- und Skelettsystems und von sport-medizinischen Problemen.**

Die TST hat das Ziel, Trigger verdickte und dauerhaft verkürzte Muskelfaserabschnitte innerhalb des Muskels aufzulösen. Trigger sind die Hauptursache von Schmerzen des Rückens, des Nacken, der Schultern und der Extremitäten.

Sie haben die Eigenschaft, sog. Übertragungssphänomene wie Schmerzen, Kribbeln, Taubheitsgefühl oder auch Muskelverkrampfungen auszulösen. Das bedeutet, dass Schmerzen weit entfernt von dem Ort ihrer Entstehung, dem Trigger-Areal, empfunden werden. Das macht die Diagnose der Schmerzursache so schwierig, weil Schmerzlokalisierung und Entstehungsort nicht identisch sind.

Durch die Trigger-Areale wird der Muskel anfällig für Verletzungen, weil er verkürzt, verhärtet und unelastisch ist. Die Funktionalität von kontraktiven serienelastischen und parallel-elastischen Elementen im Muskel ist beeinträchtigt, wodurch der Muskel geschwächt wird, was wiederum zu einer Kraft- und Ausdauerminde rung führt. Eine erhöhte Zugspannung des Muskels, insbesondere unter Belastung, überanspricht Sehnen und Sehnenansätze, was zu einer frühzeitigen Degeneration und Verletzungsanfälligkeit führen kann.

Als weitere Folge dieser Sehnenansatzüberlastung treten sog. **Achsendeformitäten** auf, die zu einer mechanischen Überlastung einzelner Gelenkabschnitte führen, wodurch **sekundäre Arthrosen** der Gelenke entstehen können.

In meiner Praxis können bei den meisten Schmerz- und sportmedizinischen Problemen Trigger-Areale nachgewiesen werden. Deren Behandlung kann zu einer Lösung des Problems führen. Viele langwierige und auch therapieresistente Probleme lassen sich über den ursächlichen Ansatz der TST erfolgreich behandeln. Insbesondere lässt sich durch die TST die Rehabilitationsdauer nach Verletzungen und Operation verkürzen, was besonders für den Profisport wichtig ist.

## **Indikationen:**

Muskelprobleme:

Muskelzerrung, -faserriss, -kater, -krämpfe, -verspannung, -verhärtung,

Muskelverletzungsprophylaxe, Wiederherstellung der Muskelfunktion nach Immobilisierung.

Insertionstendopathien: auch Tennisellbogen, Werfellenbogen, Fußballerleiste, Adduktorenansatz, Bizepssehne u.v.m. Tendinosen, Tendovaginitis, Peritendinitis.



## **Schmerzsyndrome:**

Cervikalsyndrom, auch mit Schwindel, HWS – Schleudertrauma, Bandscheibenvorfälle, Thoracal,- Lumbalsyndrom, Ischialgie, Schulter-Arm-Syndrom, Pseudovisceraler Schmerz, TMG – Dysfunktion, Schmerzen bei Hüft dysplasie, beginnende Coxarthrose, Kniegelenkschmerzen, Fersensporn, Hallux valgus und rezidiv. Kniegelenkergüsse.