

EIN FALL FÜR GANZHEITLICHES DENKEN

Beispiel aus der Praxis: Eine 52-jährige Patientin stellt sich mit immer wiederkehrenden Nackenverspannungen und Schmerzen vor. Die Beschwerden wurden auffällig oft bei allen Kopfbewegungen durch sitzende Arbeitstätigkeit am Bildschirm und durch seelisch emotionalen Stress am Arbeitsplatz ausgelöst. Neurologisch und orthopädisch besteht kein Hinweis auf schwerwiegende reparaturbedürftige Schäden. Zudem berichtet die Patientin jetzt akut nach dem Kälteeinbruch im April über starke, in Rücken und Beine ausstrahlende Schmerzen, Einschränkung der aktiven Beweglichkeit beim Aufstehen aus dem Sitzen und aus der Rückenlage. Alle Muskeln und Gelenke würden schmerzen, sie fühle sich allgemein nicht mehr so wohl, sei stressanfällig, leicht reizbar, sei sehr schnell ermüdet, schlafe schlecht und erhole sich nicht mehr richtig. Seit einigen Jahren sei zusätzlich Migräne, Rheuma, Gicht, Heuschnupfen und Neurodermitis neu aufgetreten. Bisherige bildgebende Diagnostik: Abnützungerscheinungen der unteren Wirbelsäule, Einengung der Nervenaustrittsstellen im Zwischenwirbelkanal L4/5. Bisherige Therapie: schmerz- und entzündungshemmende Medikamente (diese würden nicht mehr wirken und zu Wassereinlagerungen führen), Physiotherapie (sei immer schmerzhafter geworden), Neuraltherapie (wirke nur noch kurz), durchblutungsfördernde und wärmende Cantharidenpflaster (helfen am ehesten noch)

Therapeutisches Vorgehen: Aus Sicht der ganzheitlichen Medizin ist bei über den ganzen Körper verteilten wandernden Schmerzen und Entzündungen an eine übersäuerte Gewebssituation zu denken, die die Beschwerden meistens chronisch aufrecht hält. Man kann vieles selbst tun und es ist einfach: Säurebildner reduzieren (Kaffee, Fleisch, Zucker) und Basenbildner erhöhen (Gemüse, Salate, reifes Obst). Bewegung ist die beste Entsäuerung. Den unmittelbaren Erfolg kann man über die Messung des pH-Wertes im Urin und im Speichel (ideal > 7) ablesen. Das Nächste in solchen Fällen ist die Suche eines Störherdes im Körper (Nasenbenhöhlen, Mandeln, tote und eitrige Zähne, Narben, Darmstörungen, Giftbelastungen). Ohne die Mitbehandlung vorhandener Störherde ist eine erfolgreiche Heilung über die körpereigenen Regulationskräfte meist nicht möglich. Störherde findet man erstaunlich genau über einfache Spannungsmessungen am Ohr. Diese gestörten Zonen können auf Dauer so negativ auf den Körper wirken, dass er bei entsprechender Belastung eher bereit ist, krank zu werden. Auch eine schon bestehende Krankheit wird daran gehindert, auf die üblichen Therapien zu reagieren- der Körper wird sie nicht mehr los. Hier kann Ohr- Kopf- und Körperakupunktur schnell helfen. Mit Akupunktur kann man alle Erkrankungen behandeln, die auf eine gestörte (nicht zerstörte!) Organfunktion zurückzuführen sind. Die gemessenen Spannungspunkte ergeben eine meist typische Schmerzlandkarte an Ohr und Körper, die man dann gezielt mit Nadeln „entladen“ kann. Akupunktur reguliert wie ein Blitzableiter elektrische Spannungsfelder, die sich vor allem in den Geweben (Muskulatur, Bindegewebe, Nervensystem) aufbauen und festsetzen.

Entsprechende themenbezogene Zusendungen und Fragen können so wie bisher in bewährter Weise direkt an meine E-Mailadresse gruber@prosalus.info oder telefonisch unter **0474 409344** direkt an mich gerichtet werden.



Dr. Rudolf Gruber

Das kann bei allgemeinen Verspannungen helfen:	Vorbeugung	Akutfall	chronischer Verlauf
--	------------	----------	---------------------

Vorbeugung ist die beste Heilung

Leichte Ausdauerbewegung die Spass macht*3	+++	+	+++
Gut trinken (2-3 Liter/Tag, Kräutertees)	+++	++	+++
Ausgleichende Ruhe	+++	+++	+++
Zwischenmenschliches Klima verbessern (Gespräche)	+++	+++	+++
Körpereinreibungen Arnika, Latschenkiefer	+++	++	+++
Basische Lebensmittel (Gemüse, Salate, reifes Obst)*3	+++	+++	+++
Ätherische Öle (warme Bäder, Inhalieren, Brustbalsam)	+++	++	+++
Kneipptherapie, Schwitzen in der Sauna	+++	++	+++

Gezielte Selbsttherapie, Gesundheitspflege

Frisch gekochte einfache Kost (dreimal am Tag warm)	+++	++	+++
Eierspeisen (Rührei, gekochte Eier, Omelette)	++	++	++
Gut gekaut, ist halb verdaut*3	++	+	+++
Entspannungsverfahren, Yoga, autogenes Training	++	+++	+++
Brust- und Lendenwickel, Kräuterkissen (Heusack)	++	+++	+++
Regulierung Säure- Basenhaushalt *3	+++	+++	+++
Orale Einnahme von Vitalstoffen, Vitaminen	++	+++	+++
Salben von Beinwellwurzel, Teufelskralle, Minzöl	+++	++	+++
Infraotkabine	++	++	+++
Gewichtsregulation bei Über- oder Untergewicht	+++	+	+++

Aufbauende, unterstützende Regulation der Körperkräfte macht wieder gesund

Gezielte Organstärkung nach Muskeltest	+	++	+++
Akupunktur (Ohr, Schädel, Körper) *1		+++	++
Mikrobiologische Therapie (Darmsanierung)		+	+++
Homöopathie + Homotoxikologie (Entgiftung)		++	++
Sauerstofftherapie	+		+++
Vitamininfusionen		++	++
Osteopathie, gezielte Lymph- Gewebsmassagen	+	+	++
Neuraltherapie (Narbenentstörung)*4			+++
Bioresonanz		+	++

Akutmedizinische Notfalltherapie verhindert Schlimmeres

Aconitum, Gelsemium, Dioscorea, Dulcamara		++	+++
Homöopathische Komplexmittel- Injektionen in Gewebe		+	++
Entzündungshemmer (NSAR)*5		+	+/-
Magnesium als Infusion, dann oral weiter *2		++	+++
Antibiotika (bei akuten Abszessen, Eiterherden)		+++/-	-/-
Cortisoninfiltrationen in Muskel und Gelenke		-	+/-
Krampflösende Mittel (Muscoril, Buscopan)		+/-	+/-
Reine Schmerzmittel		+/-	+/-

+ :gut; +++ :im richtigen Moment sehr gut; +- :mit Vor- und Nachteilen
 -:Vorsicht!, negative Nebeneffekte; --- :abzuraten, problematische Nebenwirkungen

* Im Praxisfall verwendete Therapiemaßnahmen (in der Reihenfolge von 1 bis 5):

Erstes gemeinsames Ziel war es, das schmerzverursachende Spannungsfeld aufzulösen. Nach 6 Wochen war die Patientin durch eine Kombination aus Ohr-Körperakupunktur*1 und Magnesiuminfusionen*2 grösstenteils beschwerdefrei. In der Zwischenzeit wurde der letzte verbliebene eingewachsene Weisheitszahn entfernt*4. Die Patientin ist derzeit körperlich sehr aktiv, zufrieden und symptomfrei. Die konsequente Säure- Basenregulierung*3 brachte Tag für Tag eine Verbesserung der Beweglichkeit. In Akutsituationen verwendet sie häufig genug bei Beginn von Schmerzen eine geringe Dosis eines entzündungshemmenden Schmerzmittels*5, welches jetzt wieder sofort hilft.

Die Informationen sind auch online unter www.prosalus.info abrufbar.