

Das ganzheitliche Konzept der LNB Schmerztherapie

Schmerz als die Sprache des Körpers verstehen

Die Schmerztherapie nach Lieb- scher und Bracht findet spätestens seit den Stern-TV Sendungen immer mehr Beachtung. Die Therapie, die Roland Liebscher-Bracht gemeinsam mit seiner Frau Dr. Petra Bracht entwickelt hat, stellt das herkömmliche Verständnis der Schmerzentstehung auf den Kopf. Ein Schmerzzustand hat immer einen Sinn und ist aus Sicht der LNB Schmerztherapie ein Warn- bzw. Alarmschmerz, der den Betroffenen vor weiteren Fehlbelastungen warnt. Immer mehr Menschen leiden unter chronischen oder wiederkehrenden Schmerzen. Seit fast 6 Jahren arbeite ich ausschließlich mit diesem ganzheitlichen Therapiekonzept, bin als Dozentin in der LNB Schmerz- und Bewegungstherapie, sowie der LNB Gesundheitslehre ausgebildet. Deshalb lasse ich die wichtigen Aspekte: Bewegung, Ernährung, Umfeld, Umwelt und Psyche in eine ganzheitliche LNB Schmerztherapiebehandlung mit einfließen.

„Schmerz lass nach“

Wir sitzen im Büro, im Auto, im Kino – viele Menschen nehmen sogar im Schlaf eine sitzende Haltung ein. Die Beine angewinkelt, auf der Seite liegend und wer sitzt, bewegt sich kaum. Die Folge sind Schmerzen, Arthrose und Bandscheibenbeschwerden...

Arbeitgeber beklagen hohe Ausfalltage bei ihren Mitarbeitern und es folgen meistens obligatorische Spritzen, klassische Schmerzmittel, bildgebende Verfahren, Physiotherapie mit Kräftigungsübungen. Dieser symptomatische, nicht aber ursächliche Ansatz führt des Öfteren leider nicht zur gewünschten Schmerzfreiheit, sondern zu Dauerbehandlungen bei Therapeuten. Denn schmerzhaft empfundene Spannungszustände entstehen, weil die Bewegungsmöglichkeiten unseres Körpers nicht mehr vollumfänglich oder nur einseitig genutzt werden. Die Folge sind physiologische Verkürzungen im Körper. Die Muskeln – ein Anpassungsorgan - entwickeln sich zurück, Faszien und Bindege- webe bilden durch abnehmende Länge und Flexibilität ein immer größer werdendes Hindernis, eine

angezogene Handbremse im eigenen Körper - und genau da ist der Ansatz der LNB Schmerztherapie.

LNB Schmerztherapie: ...ohne Medikamente, Operationen oder Ähnliches. Durch die von Lieb- scher-Bracht entwickelte Osteo- pressur, einer manualtherapeutischen Behandlung am Knochen, in Kombination mit den speziell dafür entwickelten Faszi- Engpassdehnungen wirkt diese Methode auf das Muskel- und Faszien- gewebe ursächlich ein. Wichtig ist, die täglichen muskulären Fehlprogrammierungen der alltags- oder sportartspezifischen Einseitigkeiten, auszugleichen. Die Übungen (Engpassdehnungen) erhält jeder Patient in einer LNB Behandlung und sollte diese täglich- 15 Minuten reichen aus- in den Alltag integrieren oder in eine Engpassdehnungsgruppe kommen. Kompakt, intensiv und hocheffektiv empfehle ich gerne eine LNB Schmerzfriewoche.

LNB SCHMERZFREI- WOCHE – Hocheffektiv- Gemeinsam schmerz- frei!

In einer kleinen Gruppe fällt Vieles leichter und es kann dauerhaft positiv verändern! Gemeinsam mit anderen Schmerzpatienten werden die schmerzenden Schwachstellen des Körpers gezielt angegangen. In diesen 4 intensiven und sehr effektiven Tagen (20 Stunden) wird jeder Teilnehmer täglich mit der LNB Schmerztherapie behandelt und erlernt wie Schmerzfreiheit dauerhaft eingestellt werden kann. Die angezo-



Petra Müller
Physiotherapeutin,
Heilpraktikerin
LNB Schmerztherapiepraxis &
Motion Point Wetzlar

genen Handbremsen im Körper werden gelöst und Lebensenergie wird spürbar!

Tipp zur Prävention:

fayo®: Faszien- gesundheits- Die enorme Heilkraft des Bindege- webes nutzen! Neues von den Schmerzspezialisten! Als Einzel-, Gruppen- oder Firmentraining mit Spaßfaktor. Das Training löst muskulär fasziale Engpässe, aktiviert und stärkt den Energiefluss! Die neuen, gelenkoptimierten Bewegung-übungen werden kombiniert mit dem Einsatz spezieller Faszi- nrollen. Ein gezieltes Training, um Bewegungseinschränkungen vorzubeugen und zu handeln bevor Schmerzen entstehen.

Fazit:

Wer einen gesunden, schmerzfreien Körper sein Eigen nennt, empfindet auch weniger Stress und ist leistungsfähiger. LNB ist nicht nur eine facettenreiche Schmerztherapie, sondern bietet einen ganzheitlichen Ansatz vom Akutzustand bis in den Präventionsbereich. Jeder, egal welches Alter, kann sich einem gesunden und beweglichen Lebensstil widmen. ■



Der Werksärztliche Dienst Wetzlar e.V.

betreut arbeitsmedizinisch Firmen und Unternehmen.
Zur Zeit werden mehr als 100 Firmen mit mehr als 10.000 Arbeitnehmern betreut.

Dies umfasst notwendige

- arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchungen
- Beratungen in Fragen zum Arbeitsschutz
- regelmäßige Arbeitsplatzbesichtigungen
- und Fragen zur Gesundheit

Werksärztlicher Dienst Wetzlar e.V.
Leitender Arzt: Dr. med. Wolfgang Bunk
Tel. 0 64 41 / 4 23 33
E-Mail info@waed.de