

Radloff Magazin

AUSGABE 01/22

Fachthema:
Die Dawo's-Methode,
Psychosomatik,
Interpretation

Nackenschmerzen



Akupunktur Massage nach Radloff®

Energetische und statische Behandlungsansätze wirkungsvoll, individuell und zielorientiert.

Bei diesem Therapiekonzept werden Meridiane, Gelenke und die Wirbelsäule, Gewebe und Organe behandelt. Behandlungsgrundlagen sind östliche Energielehren und westliche sowie manualtherapeutische Techniken. Die gezielte Behandlung erfolgt aufgrund der Befunderhebung am Ohr.

Wirkungsweise

Die APM Radloff wendet sich an den Energiekreislauf der Lebensenergie.

Beschwerden und Unwohlsein werden als Folge einer ungleichmässigen Verteilung der Lebensenergie Qi oder einer Behinderung des Energieflusses verstanden. Die Behandlungen der Beckengelenke, der Wirbelsäule sowie der Arm- und Beingelenke sind Bestandteil der Behandlung. Ebenso gehören die Bearbeitung der Meridiane, der Narbenstölfelder und der Akupunkturpunkte dazu.

Die Umverteilung der Energie ist spezifisch auf die Organe, die Gewebestruktur und die Muskelspannung ausgerichtet. Die Methode wirkt auf der körperlichen und auf der psychischen Ebene.

Methoden

Ohr-Reflexzonen-Kontrolle - ORK

Befunderhebung und Kontrolle erfolgen über das Ohr, die Behandlung am Körper.

Mit Hilfe des Therapiestäbchens wird das gesamte Ohr nach sensiblen Punkten abgetastet. Aus dieser Vorgehensweise lässt sich differenziert erkennen, wo die Beschwerden ihre Ursache haben. Die Behandlungsstrategie und die zur Anwendung gelangenden Techniken werden daraus abgeleitet.

Akupunktur Massage - APM

Wiederherstellung des Energieflusses durch Stimulierung der Meridiane

Der Energiekreislauf mit seinen Meridiangruppen wird nach den Gesetzen von Yin und Yang ausgeglichen. Das erfolgt durch Stimulierung der Meridiane mit einem Therapiestäbchen. Meridiane und Meridiansysteme werden ausgeglichen, Organ-

systeme und Akupunkturpunkte stimuliert. Nadeln werden keine verwendet.

Energetisch statische Behandlung - ESB

Wiederherstellung der energetischen Artikulationsfähigkeit und der Beweglichkeit

Der Körper soll in sich ruhen und in seinen Gelenken ausbalanciert sein. Dies gewährleistet, dass die Energie ungehindert fließen kann. Durch die manuelle Behandlung der Gelenke werden energetische Blockaden beseitigt, und statische Ungleichgewichte ausgeglichen. Die energetische Artikulationsfähigkeit aller Körpergelenke kann mittels Ohr-Reflexzonen-Kontrolle stetig überprüft werden.

Indikationen

Die Akupunktur Massage nach Radloff hat einen besonderen Stellenwert bei der Behandlung von Störungen des Bewegungsapparates, in der Schmerztherapie und bei vegetativen Symptomen. Als Beispiele seien genannt Rückenschmerzen, Diskushernien, Ischiasbeschwerden, Skoliosen, Schulterbeschwerden, Tennisellbogen uvm..

Kontraindikationen

Bei psychotischen Zuständen, Krebserkrankungen und Risikoschwangerschaften ist die Akupunktur Massage nach Radloff nicht indiziert.

Kontakte

Kompetenzzentrum APM Radloff

Lehrinstitut Radloff
Haus zum Magazin
Gösgerstrasse 15
CH-5012 Schönenwerd
+41 62 825 04 55
lehrinstitut@radloff.ch

APM Radloff – Berufsverband der APM Therapeuten

Weinsteig 61
CH - 8200 Schaffhausen
+41 (0)71 298 40 26
www.apm-radloff.ch
info@apm-radloff.ch

Inhalt

Symptome im Nacken

4

7

Fallbeispiel «Chronische Nackenschmerzen»

Fallbeispiel

«Schleudertrauma»

8

10

5 Elemente Ernährung für die Emotionen

Entspannungsübungen für den Nacken

14

15

Unzählige mögliche Ursachen

Die Dawo's-Methode

18

21

Interpretation und nachhaltige Behandlung von Schmerzen mit der Akupunktur Massage nach Radloff

Psychosomatische Aspekte bei der Therapie der Halswirbelsäule

24

27

Verbandsinformationen



PETER MÉGEL

GESCHÄFTSFÜHRER APM RADLOFF –
BERUFSVERBAND DER APM THERAPEUTEN

Nackenschmerzen und die Angst

Mit dieser kurzen Einführung möchte ich gerne etwas ausholen und den möglichen Weg der Angst zu den Nackenschmerzen, dem Hauptthema in dieser Ausgabe, aufzeigen.

Ängste lassen uns reagieren und zeigen sich in Form einer Emotion, Ausdruck eines starken Gefühls. Natürliche Angstreaktionen dauern kurz mit Anspannung und anschließender Entspannung. Dauert die Angst lange und häufig oder sogar latent immerwährend in Form eines Stresses, also mehr Anspannung als Entspannung, so richtet sich diese gegen die Gesundheit. Nichts Neues und doch sind immer mehr Menschen getrieben, die hohen Anforderungen an sich selbst gepaart mit einer körperlich überfordernden Geschwindigkeit, zu genügen. Gejagt und meistens unnötig aufgebauscht durch Erlebnisse und Prägungen mit Blick in die Zukunft. Unnötig ganz einfach deshalb, weil es offensichtlich schadet, einem selbst und den anderen. Ignoranz wäre ein Thema für sich.

Menschen unter Stress isolieren sich, das Vertrauen schwindet und somit die Möglichkeit einer gemeinsamen Lösungsfindung. Gemeinschaften übernehmen diese wichtige Funktion. Sie hält zusammen, gibt Sicherheit, lässt uns Menschen nicht allein, ist da, wenn wir hadern und tritt entschlossen gegen Stressmacher auf. Nur gemeinsam sind wir stark. Als Berufsverband sind wir da für unsere Mitglieder und drücken alle Knöpfe, um das Gefühl einer Gemeinschaft aufrecht zu halten. Kommunikation verbindet.

Emotionen können im Gegensatz zum Affekt kontrolliert werden. Das starke Gefühl, das einem überkommt, kann muskulär ausgehalten werden, eine Spannung entsteht. Ob die Spannung zuerst im Nacken, das Thema dieser Ausgabe, oder über ein Organ geschieht, sei dahingestellt.

Was hat ein Organ mit Nackenschmerzen zu tun? Warum nützt eine direkte Behandlung am Ort des Symptomes nicht viel oder bestenfalls nur kurzfristig? Die APM-Therapie hat darauf viele Antworten und auch tiefgreifende Theorien. Dabei bleibt es aber nicht. Mit der praktischen Umsetzung am Klienten wird fast immer eine wirkungsvolle Behandlung erreicht.

Ich wünsche feine Emotionen und ein gutes Gefühl beim Lesen.

Symptome im Nacken

Kürzlich habe ich unwissentlich eine grosse Portion Weizen gegessen. Dass ich das nicht vertrage, weiss ich ja schon. Ich habe an diesem Abend freudig Fischstäbli verzehrt, und wegen dem anregenden Gespräch nicht gemerkt, dass es eine vegane Variante aus Weizenkleber war. Kurz darauf begannen heftige Kopfschmerzen, als hätte mir jemand in den Kopf geschossen. Als ich, immer noch mit gefühltem Loch im Schädel und stark schmerzhaften Nacken, davon erzählte, sagte eine Freundin: das klingt nach Migräne. Damit schien das Thema geklärt. Migräne.



CLAUDIA COULIN / APM-RADLOFF THERAPEUTIN
AUSBILDERIN UND DOZENTIN AM LEHRINSTITUT RADLOFF

Unterschiedliches Verständnis der Worte

In diesem Artikel möchte ich ein Ausflug in die Sprache unternehmen und mich mit der Bedeutung und den Auffassungsmöglichkeiten eines Worts auseinandersetzen. Es geht um das Symptom. Denn im der eingangs beschriebenen Situation ist mir klar geworden, dass unser Verständnis über diesen Begriff entscheidend für unsere nachfolgende Reaktion ist.

Was bedeutet das Wort Symptom für dich? Wie würdest du es umschreiben? Und was sagt das Symptom aus?

Ein Symptom mit Namen (Nackenschmerz oder Migräne) zu benennen, macht durchaus Sinn. Aber das Verständnis dahinter, was ein Symptom ist, und weshalb es da ist, da ist mein Verständnis und das meiner oben erwähnten Freundin komplett unterschiedlich.

Ich bin überzeugt, dass es sich lohnt, sich mit der eigenen Auffassung zu beschäftigen. Denn der Umgang mit Symptomen hängt wohl stark damit zusammen, was wir grundlegend darunter verstehen.

Was ist eigentlich ein Symptom?

Gemäss dem deutschen Wörterbuch Duden ist ein Symptom ein Anzeichen für eine Erkrankung oder eine – meist negative – Entwicklung. Das Wort Symptom hat Wurzeln in der griechischen Sprache (symptoma) und heisst übersetzt vorübergehende Eigentümlichkeit oder zufallsbedingter Umstand. Wenn du diese Definition teilst, ergeben sich daraus gewisse Konsequenzen: Wenn wir im Vorhinein annehmen, ein Symptom sei vorübergehend, dann bleibt nichts weiter zu tun, als zu warten. Das kann durchaus zutreffen, muss aber nicht so sein.

Die Eigentümlichkeit weist auf die Beziehung zum Besitzer des Symptoms hin: ein Eigentum, eine Eigenschaft, ein Merkmal. Das Symptom wird zum zeitlichen Besitz. Besitzen wir unseren Hexenschuss? Ist die Verstopfung dein Eigentum?

Weiter zur Zufälligkeit. Wenn ein Symptom als zufallsbedingter Umstand verstanden wird, dann verstehen wir den Besitzer des Symptoms als ausgeliefert. Er ist dem Glück und dem Unglück unterworfen und dem Symptom wird jegliche Bedeutung abgesprochen.

Der Pschyrembel definiert das Symptom als Begleiterscheinung, Beschwerde, fassbares oder angegebenes Erkrankungszeichen. Aus diesen Definitionen ergeben sich meiner Meinung nach wenig Implikationen für einen Umgang mit dem Symptom.

Symptome als Sprache

In der APM Radloff gehen wir davon aus, dass Symptome die Sprache sind, in der Körper, Seele und Geist sich äussern. Was also, wenn wir nicht nur Bäärdütsch und Arabisch als Sprachen anerkennen, sondern auch Symptome?

Ob wir auf eine heisse Herdplatte fassen, vegane Fischstäbli essen, eine Deadline bedrohlich näherkommt oder wir gerade die Liebe unseres Lebens kennenlernen, unser System klärt uns laufend über die Wirkung solcher Ereignisse auf. Anstatt im Vorhinein anzunehmen, es sei vorübergehend oder zufällig, fassen wir diese Symptome als Hinweise auf, die etwas sagen wollen.

Wenn die Ursache des Symptoms zeitlich begrenzt ist (die heisse Herdplatte), dann verschwindet das Symptom (schmer-

zende Finger) nach adäquater Zeit wieder. Symptome durch den Arbeitsstress lassen nach, wenn wir nach einem erfolgreichen Abschluss die unterschlagenen Schlafstunden nachgeholt haben. Und wenn wir gerade verliebt sind, verändert sich der Herzschlag, die Konzentration, das Schlafbedürfnis und die Stimmung.

Unser Körper hat grosses Interesse daran, uns ständig Hinweise zu unserem Innenleben zu schicken. Wenn alles gut läuft, fühlen wir uns vital, wir schlafen gut, haben Energie und eine stabile Laune. Wenn etwas nicht ganz so gut läuft, wird es als informatives Symptom an die sensible Oberfläche projiziert. Über viszerale Reflexbögen erhalten Muskeln eine veränderte Spannung. Ein freundlicher Hinweis, dass da in der Tiefe etwas nicht ganz so gut läuft.

Symptome im Nacken

Der Nacken ist ein Projektionsort von vielen verschiedenen Ursachen im Körper (und in der Seele und im Geist). Energetisch ist der Nacken Opponent zum Bauch. Das bedeutet, dass alle Organe des Bauchs sich im Nacken mit Symptomen an ihren Besitzer wenden können. Siehe auch Artikel über das Bi-Syndrom in dieser Ausgabe.

Geht es einem Bauchorgan auf irgendwelchen Gründen nicht gut, dann informiert uns die angeschlossene Muskulatur im Nacken darüber, dass es da ein Grund gibt, dass es diesem Organ nicht gut geht. Nun sollte die Reaktion weniger sein, den verspannten Muskel zu dehnen. Wenn es dem ursächlichen erkrankten Organ nämlich wieder gut geht, schickt es uns über die Muskulatur wieder die Information, dass nun alles wieder entspannt ist. Es geht also darum, die Ursache für das Symptom (hier ein verspannter Nacken) zu finden und zu bearbeiten. Es geht nicht darum, das Symptom loszuwerden oder weg zu dehnen. Denn so verlöre das Organ sein Sprachrohr, und da die Ursache dadurch nicht behoben ist, müssen neue Beschwerden und Symptome bemüht werden.

Daraus ergibt sich auch, dass chronische Beschwerden einfache Symptome sind, deren Ursache noch nicht eruiert wurde. Ein chronisch verspannter Nacken ist die Aussage, dass seit längerer Zeit eine Dysbalance besteht, die sich im Nacken präsentiert, selber aber nicht direkt mit dem Nacken zu tun haben muss. Massage des Nackens, Dehnen, Training oder Ignorieren kann also nicht die Lösung des Problems sein, da das Problem nur die Sprache ist.

Wenn ein kleines Kind weint, könnten die Eltern zwar mit einem Knebel das Weinen unterbinden. Glücklicherweise tun sie es nicht, sondern sie wissen, dass das Kind etwas sagen will. Vielleicht hat es Hunger, Bauchweh, heiss, kalt oder es braucht Nähe.

Meine Migränereaktion auf die veganen Fischstäbli war vorübergehend. Nach drei Tagen, als mein Körper all den für mich unverdaubaren Weizen ausgeschieden hat, ging es mir wieder gut. Das Symptom hat mich aber einen sehr deutlichen Hinweis gegeben. Ich weiss nun, dass diese Nahrungsmittel für mich unverträglich sind, dass der Verzehr von meinem Verdauungssystem absolut nicht gewünscht ist, und dass ich bei einem nächsten Mal dankend darauf verzichten sollte.

Fazit

Symptome haben immer eine Aussagekraft. Jedes Symptom ist Teil der Sprache des Körpers, der uns etwas mitteilen möchte. Teilweise ist es einfach nachvollziehbar.

Wenn es nicht so einfach nachvollziehbar ist, denk daran, wie schlau unser Körper ist. Ein gebrochenes Bein heilt nach 6-8 Wochen. Ein kleines Wunder. Ein Kind wird in 9 Monaten vom weiblichen Körper gebildet, ohne dass wir eine leise Ahnung hätten, wie das funktioniert. Ein grosses Wunder.

Auch Symptome sind ein Wunder. Eine teilweise unangenehme, aber sehr wundervolle Kommunikation vom Inneren, das uns beispielsweise im Nacken zieht, oder klemmt oder stupst oder mit einer Migräne laut anschreit. Hören wir darauf, es ist wie das Weinen eines Kindes, das gerne gehört werden will.

Grundausbildung APM Radloff® Level 1

A Kurse (2-teilig, 5 Tage)	B Kurse (5 Tage)	B1 Kurse (2-teilig, 6 Tage)
02. – 03.03.2023 & 29. – 31.03.2023	05. – 09.12.2022	26. – 28.09.2022 & 24. – 26.10.2022
24. – 25.08.2023 & 11. – 13.09.2023	26. – 30.06.2023	22. – 24.03.2023 & 19. – 21.04.2023
	27.11. – 01.12.2023	21. – 23.08.2023 & 18. – 20.09.2023
		29. – 31.01.2024 & 26. – 28.02.2024
B2 Kurse (2-teilig, 5 Tage)	C Kurse (2-teilig, 6 Tage)	C1 Kurse (5 Tage)
23. – 25.01.2023 & 20. – 21.02.2023	08. – 10.05.2023 & 05. – 07.06.2023	16. – 20.01.2023
16. – 18.08.2023 & 14. – 15.09.2023	22. – 24.11.2023 & 13. – 15.12.2023	04. – 08.09.2023
04. – 06.12.2023 & 08. – 09.01.2024	03. – 05.04.2024 & 24. – 26.04.2024	19. – 23.02.2024
13. – 15.05.2024 & 03. – 04.06.2024	02. – 04.09.2024 & 23. – 25.09.2024	26. – 30.08.2024

Aufbauausbildung APM Radloff® Level 2

Refresher Level 1	Innere Meridianverläufe	Segmentkurs
21. – 23.06.2023	23. – 25.02.2023	27. – 29.04.2023
17. – 19.04.2024	08. – 10.11.2023	24. – 26.01.2024
	27.02. – 01.03.2025	22. – 24.01.2025
Wandlungsphasen 1	Wandlungsphasen 2	Behandlungsstrategien
24. – 26.04.2023	07. – 09.06.2023	15. – 17.11.2023
05. – 07.06.2024	05. – 07.09.2024	21. – 23.10.2024
Konstitution 1	Konstitution 2	Vernetzungskurs
09. – 11.11.2022	28. – 30.08.2023	30.11. – 02.12.2022
25. – 27.09.2023	01. – 03.07.2024	06. – 08.03.2024
20. – 22.11.2024		22. – 24.01.2025

Vertiefung und Erweiterung in der APM Radloff®

Mentorenschulung Peter Jeker & Claudia Coulin	Kraft durch Fluss der Emotionen Jérôme Rey	Säuglings – & Kinderbehandlung Sandra Wurz
26. – 27.10.2022	06. – 07.05.2023	06.-07.03.2023
I Ging Thomas Rava	Die acht ausserordentlichen Gefässe Josef Viktor Müller	Divergente Leitbahnen Josef Viktor Müller
Auf Anfrage	Teil 1: 14. + 15.04.2023 Teil 2: 10. + 11.06.2023	10. – 11.09. & 12. – 13.11.2022
Vertiefung Meridiane Peter Jeker oder Claudia Coulin	Vertiefung Becken / Wirbelsäule Peter Jeker oder Claudia Coulin	Vertiefung Ohr Peter Jeker oder Claudia Coulin
Auf Anfrage	25.11.2022	Auf Anfrage
Vertiefung Verursacher Peter Jeker oder Claudia Coulin	Vertiefung Probestrich Peter Jeker oder Claudia Coulin	Vertiefung Ernährung + Qi – Produktion Peter Jeker oder Claudia Coulin
Auf Anfrage	Auf Anfrage	Auf Anfrage
Refresher Level 2 Peter Jeker oder Claudia Coulin	Kräuter Einführung Monika Stump	Luo Gefässe Peter Jeker
Auf Anfrage	Auf Anfrage	13. – 14.03.2023

Chronische Nackenschmerzen

Ein Fallbeispiel aus der Praxis Peter Jeker



PETER JEKER / AUSBILDUNGSLEITER DER APM-RADLOFF AM LEHRINSTITUT RADLOFF

FABIAN STEIGER / APM-RADLOFF THERAPEUT

Wer kennt es nicht? Der Nacken zieht, spannt und schmerzt. Jede Bewegung des Kopfes ist mühsam und teilweise gesellen sich noch Kopfschmerzen dazu. Die Lebensqualität leidet entsprechend. Von chronischen Nackenverspannungen sind heutzutage viele Menschen betroffen. Das muss nicht sein. Im folgenden Interview berichten die von chronischen Nackenschmerzen betroffene M. Hächler und ihr Therapeut Fabian Steiger.

Welche Beschwerden hatten Sie?

M. Hächler: Ich hatte über viele Jahre Schmerzen im unteren Rücken. Seit einem halben Jahr kamen starke Nackenschmerzen dazu. Die Ärzte sagten mir, dass die Nackenbeschwerden durch Arthrose der Halswirbelsäule verursacht werden und man nichts machen könne. Die einzige Möglichkeit seien Cortison-Injektionen.

Fabian Steiger: Bei Frau Hächler verspannte sich die Nackenmuskulatur durch Blockaden in der Wirbelsäule. Aus Sicht der APM nach Radloff bildet ein blockiertes Gelenk eine Staumauer, welche den Energiefluss stört. Man spricht von einem energetischen Füllezustand. Dieser erzeugte die Verspannungen im Nacken. Ziel war es also, die Flussbedingungen wieder herzustellen und die blockierten Gelenke zu lösen.

Was haben Sie bisher gegen die Schmerzen unternommen?

M. Hächler: Ich behandelte mich selbst mit schmerzlindernden Salben und Tabletten. Zudem besuchte ich mehrere Ärzte, welche ein Röntgenbild und daraufhin ein CT erstellen liessen. Darauf zeigten sich Abnutzungen in der Halswirbelsäule. Mein Hausarzt verordnete mir Physiotherapie. Neben der Elektrotherapie wurde ich auch lokal massiert. Mein Nacken wurde danach deutlich schlechter, was mich dazu bewegte keine weitere Therapie zu machen.

Fabian Steiger: Oftmals wird am Ort der Beschwerde auf der verspannten Muskulatur behandelt. Das ist dann langfristig sinnvoll, wenn sich der Ort der Beschwerde in einem energetischen Mangelzustand befindet. Die manuellen Reize können diesen Mangel dann ausgleichen. Wenn sich aber beispielsweise durch blockierte Gelenke der Wirbelsäule eine energetische Fülle gebildet hat, wird das Symptom sich durch die lokale Behandlung bestenfalls kurzfristig verändern. Im Konzept der APM Radloff gilt es individuell herauszufinden, wo im Körper

die Energie fehlt, bzw. wo zu viel Energie vorhanden ist. Durch die Verlagerung der Energie wird die muskuläre Spannung gesenkt, sodass ein schmerzfreies Lösen der Gelenke ermöglicht wird und dadurch eine Entspannung der Muskulatur stattfindet.

Welche Erwartungen hatten Sie vor der Behandlung mit APM Radloff?

M. Hächler: Ich dachte mir zuerst: Es kann ja nur besser werden. Mein Sohn hat beruflich mit Peter Jeker (Anm. Leitung Kompetenzzentrum APM Radloff) zu tun. Er ermutigte mich diese Therapiemethode auszuprobieren. Ich kannte die APM Radloff noch nicht. Herr Steiger teilte mir mit, dass wir nach vier Behandlungen gemeinsam den Therapieverlauf auswerten und falls keine Erfolge erzielt würden, die Therapie abbrechen. Das hat mich überzeugt.

Fabian Steiger: Meist ist es für die Klienten ein grosser Schritt, weg von schulmedizinischen hin zu komplementärtherapeutischen Methoden zu wechseln. Das Kompetenzzentrum APM Radloff sieht die schulmedizinischen Disziplinen nicht als Konkurrenz. Vielmehr wünschen wir uns ein Miteinander, um dem Klienten die bestmögliche Behandlung zu bieten. Im Konzept Radloff werden in der Regel vier Behandlungen geplant, um festzustellen, ob mit dieser Methode Einfluss auf die Beschwerden genommen werden kann und ob die gewählte Therapeutin / der gewählte Therapeut zu Ihnen passt.

Wie geht es Ihnen heute?

M. Hächler: Es geht mir sehr gut. Schon nach wenigen Behandlungen wurden die Beschwerden besser. Meine Schmerzen sind weg und meine Verdauung hat sich reguliert. Ich fühle mich allgemein leichter und mein Nacken ist praktisch beschwerdefrei. Gelegentlich ist ein leichtes Ziehen spürbar. Deshalb habe ich nochmals zwei Termine bei Herrn Steiger vereinbart. Ich kann die APM Radloff jedem bestens empfehlen.

Fabian Steiger: Dieses Behandlungsbeispiel zeigt, dass der Mensch direkt auf gesetzte Reize reagiert. Es ist möglich, schmerzfrei und trotzdem erfolgreich zu behandeln. Die individuelle und ganzheitliche Betrachtungsweise, sowie die Kombination von Manualtherapie und dem Wissen der chinesischen Medizin, ist nach unserer Meinung der Schlüssel zum Erfolg.

Schleudertrauma

Ein Fallbeispiel aus der Praxis Peter Jeker

PETER JEKER / AUSBILDUNGSLEITER DER APM-RADLOFF
AM LEHRINSTITUT RADLOFF



Dieses Beispiel zu Nackenbeschwerden aufgrund von Schleudertraumata zeigt einerseits auf, dass der Mensch unmittelbar auf Reize reagiert. Andererseits ist das nicht ausheilende Schleudertrauma sehr häufig Folge eines übertragenen Schmerzreflexes aufgrund eines gereizten oder «gestörten» Organs.

Therapeutische Massnahmen sowie alltägliche Gewohnheiten beeinflussen die Ressourcen zur Heilung, können aber auch ver hindernd wirken.

Für Sie als Therapeuten ist es notwendig sich mit der Thematik des übertragenen Schmerzes auseinanderzusetzen. Damit nicht Sie zu diesen Therapeuten gehören, welche den Schmerz durch die Behandlung aufrechterhalten oder gar verstärken. Seien Sie als Therapeut kritisch. Wirkt die gewählte Behandlung?

Welche Beschwerden hattest du?

Herr B: In meiner 47-jährigen Berufstätigkeit als Fahrlehrer hatte ich einige Auffahrunfälle und dabei drei Mal ein Schleudertrauma erlitten. Das ist typisch für den Beruf und die heutige Zeit, wo Hektik dominiert. Über längere Zeit hatte ich starke Nackenschmerzen und mein Kopf kribbelte wie ein «Ameisen-nest». Nachts musste ich mindestens dreimal aufstehen, weil ich nicht mehr wusste, wie ich einigermaßen erträglich liegen konnte. Die Schmerzen in Nacken und Kopf waren mühsam, einschränkend und sehr ermüdend.

Kommentar Peter Jeker

Die beim Unfall entstehenden Kräfte erzeugen in der Halswirbelsäule eine Reizung, wobei auch kleine Verletzungen entstehen können. Energetisch gesehen, sprechen wir von einem lokalen Füllezustand. Es geht nun darum, diese Fülle im Nacken abzuleiten und wieder energetische Flussbedingungen zu schaffen. Bei schon länger andauernden Beschwerden gilt es

herauszufinden, was die individuelle Selbstheilung verhindert. Fehlbehandlung, falsche Selbstbehandlung und organische Ursachen sind hier neben zerstörten Strukturen als Erstes zu nennen.

Welche Lösungswege / Therapien hast du bereits probiert?

Herr B: Ich war bei einem Chiropraktiker, der mich über längere Zeit behandelt hatte. Anfangs half es ein wenig. Ich ging jedoch immer mit einem ungu ten Gefühl hin, weil die schnelle Bewegung am Kopf mich gestresst hatte.

Kommentar Peter Jeker

Der Stress des Klienten bei den Bewegungen am Kopf ist eine natürliche Abwehrreaktion. Diese muss respektiert werden. Bei der Behandlung der Wirbelsäule arbeiten wir uns von den Beckengelenken her langsam nach oben und respektieren dabei die Schmerzen des Klienten. Das Ziel ist dabei alle Wirbelgelenke aus ihrer Blockade zu lösen. Dies lässt der Klient meist nicht in der ersten Behandlung zu. Gehen wir trotzdem in die schmerzenden Bereiche der Halswirbelsäule erzeugen wir neue Reize, was die Blockade und damit die Schmerzen, auch im Kopf, aufrecht hält. Eine Chronifizierung der Beschwerden ist die Folge. Aus unserer Erfahrung ist es immer auch wichtig, die Behandlung bestimmter Organe in die Therapie einzubeziehen.

Welche Erwartungen hattest du vor der APM?

Herr B: Meine Tochter musste mich fast ein halbes Jahr lang bearbeiten und überzeugen, bis ich endlich den Versuch wagte. Sie hatte grosse Erwartungen in mir geweckt, die übrigens alle eingetroffen sind.

Kommentar Peter Jeker

Oft ist es für die Klienten ein grosser Schritt weg von schulmedizinischen hin zu komplementärtherapeutischen Methoden zu

wechseln. Wir sehen die Schulmedizin nicht als Konkurrenz im Sinne wer hat die besseren Erfolge. Vielmehr wünsche ich mir, ein Miteinander im Sinne: »Was nützt dem Klienten am besten«.

Im Konzept Radloff werden in der Regel 4 Behandlungen geplant, um festzustellen ob mit dieser Methode/dieser TherapeutIn Einfluss auf die Beschwerden genommen werden kann. Das heisst nicht, dass die Beschwerden nach 4 Behandlungen komplett beseitigt sind.

Was hat sich geändert?

Herr B: Nach nur fünf Behandlungen innerhalb von drei Wochen konnte ich durchschlafen und hatte auch nachts keine Schmerzen mehr. Seither bin ich beschwerdefrei. Es war so spannend, dass keine Spritzen, Medikamente und gar nichts Invasives verwendet wurde. Diese Behandlungsart, bei der ich zu Beginn sehr skeptisch war, hat mich überzeugt. Nun schicke ich alle Bekannte in diese Praxis, bei den meisten konnte die Behandlung helfen.

Kommentar Peter Jeker

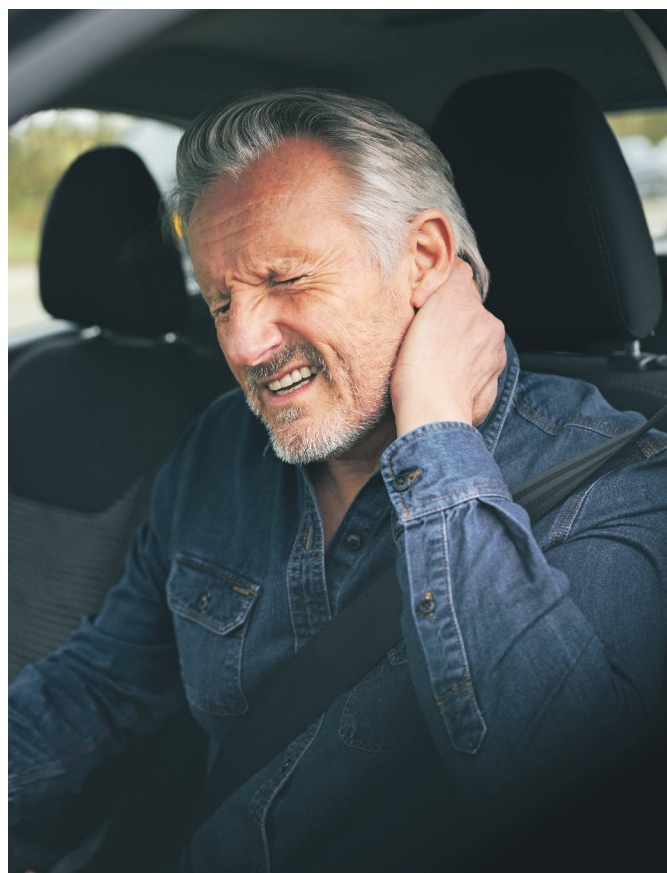
Selbstverständlich ist jeder Verlauf individuell. Ziel ist es immer die individuellen Ressourcen zu wecken und zu mobilisieren. Es kann aber gesagt werden, dass das Konzept Radloff auch bei diesem Krankheitsbild eine hohe Wirksamkeit erreicht.

Wie geht es dir heute?

Herr B: Es geht mir sehr gut. Nacken und Kopf sind beschwerdefrei.

Kommentar Peter Jeker

Herr B. kommt jährlich für 3-4 Behandlungen in die Therapie. Es wird in jeder Sitzung ein individueller Befund erstellt. Mit der angepassten Behandlung werden seine aktuellen Schwachstellen positiv unterstützt.



5 Elemente Ernährung für die Emotionen

Schmerzen in Nacken, Schultern, Knien oder Rücken – sie alle können Auswirkungen auf unsere Emotionen haben.

NADIA CARUSO / APM-THERAPEUTIN, TCM-ERNÄHRUNGSBERATERIN



Ein Grossteil der Klienten kommt wegen etwas, das körperlich schmerzt in die APM-Therapie Radloff. In vielen Fällen können wir gute Unterstützung leisten. Manchmal wird im Verlauf der Behandlungen aber auch offensichtlich, dass es mehr braucht für Schmerzfreiheit oder Wohlbefinden im Leben.

Was hat denn Ernährung damit zu tun?

Viele von uns sind wohl damit aufgewachsen, dass Ernährung da ist, um uns satt zu machen. Wenn sie dazu noch schmeckt, umso besser! Aber mal ehrlich: Hast du dir früher viele Gedanken darüber hinaus gemacht?

Klar ist: wir brauchen Nahrung um leben zu können. Wir benötigen sie, damit wir Energie haben und sie ist für das Wachstum da. Ja, auch wenn wir ausgewachsen sind wächst in unserem Körper ständig so einiges: Haare und Nägel sind offensichtlich. Pro Sekunde sterben rund 50 Millionen Zellen in unserem Körper ab (Haut, Herz, Lungen, Darm, Hirn,...). Diese müssen ständig erneuert werden, ansonsten funktioniert das Leben nicht so toll.

Da geht es aber noch um viel mehr. Das folgende Sprichwort von Winston Churchill signalisiert dies klar und deutlich: **«Man soll dem Leib etwas Gutes bieten, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.»**

So switchen wir auf unsere andere Ebene im Körper. Auf unser Seelenheil haben die Emotionen einen sehr grossen Einfluss.

Von medizinischer Seite wird Ernährung oft nicht mit der körperlichen Gesundheit in Zusammenhang gebracht. Von der seelischen Gesundheit reden wir schon gar nicht. In den östlichen Ernährungslehren ist das seit immer schon «Eins». Auch bei uns ist diese Annäherung langsam ersichtlich. Gibt es doch schon einige Bücher wie «Powerfood für die Psyche» oder «Was deine Seele essen will», die von «westlicher» Seite kommen.

Wir halten uns hier weitgehend an die TCM, mit ihr kann man so vieles einfach schön und bildlich beschreiben. Wir schauen uns die fünf Elemente mit ihren emotionalen Eigenschaften an. Eine Ausgeglichenheit wäre immer der Idealfall. Eine Unausgegli-

chenheit kann immer in zwei entgegengesetzte Richtungen wirken – zu schwach oder extrem ausgeprägt.

Aber wie kommen diese Ausprägungen denn zu Stande? Bei der Zeugung kommen Yin und Yang der Eltern zusammen, was die Grundkonstitution ergibt. Zudem «lebt das Leben». Im Verlauf des Lebens haben wir viele Erlebnisse, machen Erfahrungen, erleben Traumas. All diese Umstände können zu emotionalen Unausgeglichheiten führen oder sie verstärken.

Ernährung kann unterstützend dazu eingesetzt werden, um Emotionen auszugleichen. So siehst du bei den unten aufgeführten Elementen immer Nahrungsmittel, die sich positiv auf die jeweiligen Unausgeglichheiten auswirken können.

Das Wasserelement mit Niere & Blase – bist du ängstlich?

Der Beginn des Lebens ist im Wasser – wir «schwimmen» 9 Monate darin. Auch unser Körper besteht zu einem Grossteil aus Wasser. Und genau dieses Wasser steht für Ruhe, Rückzug und Regeneration.



Die Nieren filtern unser Körperwasser fortlaufend, die Blase ist für die Ausscheidung des «ausgefilterten» Wassers zuständig. Funktioniert da etwas nicht so wie es sollte, kann das auf die Grundemotion des Wasserelementes schlagen: Die Angst.

Sind Nierenenergie und somit Angst im Lot, fühlen wir uns ausgeglichen und mutig. Wir verhalten uns weise, haben eine gute Antriebskraft, Willensstärke sowie Durchhaltevermögen. Wir stehen zu uns und unseren Entscheidungen. Ja, fühlen uns wertvoll, haben Urvertrauen und gehen authentisch durch's Leben. Wir entfalten unser Potential.

Ist eine Unausgeglichenheit da, kann diese emotional folgendes mit uns anstellen:

Zu schwach ausgeprägt	Zu stark ausgeprägt
<ul style="list-style-type: none"> - Ängstliche Lebensführung - Immer nach Bestätigung suchend - Abwarten, nicht leben, alles «schlummert vor sich hin» - Autonomie wird aufgegeben - Es werden ständig Kompromisse eingegangen – bis zur Unterwürfigkeit - Einfach ängstlich 	<ul style="list-style-type: none"> - Furchtlos, draufgängerisch, vor nichts Angst haben - Machthungrig, will Kontrolle über alles - Hat nie genug - Ehrgeiz ist übersteigert - Tiefgründig, bis das Ziel erreicht ist – über alle Ebenen hinweg

Da die Situation bei den Nieren und ihrer Energie etwas speziell ist, teilen wir die Nahrungsmittel auch nicht in zwei Sparten auf. Nieren ausgleichen geht vor allem mit wertvollen Lebensmitteln, wie

Unterstützende Lebensmittel	
<ul style="list-style-type: none"> - Eier - Fenchel - Hafer - Knoblauch - Lauch - Marroni - Mohn - Nelke - Nüsse - Rosmarin - Wacholderbeere - Zwiebeln 	<ul style="list-style-type: none"> - Algen - Amaranth - Buchweizen - Cashews - Feigen - Johannisbeeren - Kichererbsen - Linsen - Mandeln - Oliven - Quitten - Spargeln

Das Holzelement mit Leber & Gallenblase – bist du wütend?

Unsere Kindheit ist vom Holzelement geprägt. In dieser Zeit erstellen wir den «Bauplan» des Lebens. Je nach Konstitution und Elternhaus kann dieser eher grosszügig oder eher eingengt ausfallen. Die Leber steht für Freiheit und Kreativität. Ist der Raum dafür nicht da, kommt die Emotion vom Holzelement in greifbare Nähe: Die Wut.

Die Leber ist eines unserer wichtigsten Entgiftungsorgane. Klappt dabei etwas nicht so richtig, passt es schon, dass Wut und Aggressionen in den Vordergrund rücken.

Sind Leberenergie und somit Wut im Lot, sind wir flexibel, kreativ und optimistisch. Unser Leben ist voller Mut, Entscheidungen und Tatendrang gehören ganz selbstverständlich dazu.

Ist eine Unausgeglichenheit da, kann diese emotional folgendes mit uns anstellen:

Zu schwach ausgeprägt	Zu stark ausgeprägt
<ul style="list-style-type: none"> - Entscheidungen treffen fällt schwer - Frustriert - Keine Risikobereitschaft - Nicht belastbar, Verzettelt sich, anfällig für Chaos - Keine wirklichen Visionen, Träume oder Perspektiven vorhanden - Emotionen können nicht gezeigt werden - Passiv, depressiv, antriebslos 	<ul style="list-style-type: none"> - Schnell wütend & aggressiv - «Mit dem Kopf durch die Wand» - Wenn's krass ist: Neigung zu Gewalt - Extreme Emotionsauslebung - Hartnäckigkeit, ja Sturheit

Unterstützende Lebensmittel	
<ul style="list-style-type: none"> - Bärlauch - Essig - Fenchel - Huhn - Karotten - Knoblauch - Lauch - Petersilie - Basilikum - Koriandersamen 	<ul style="list-style-type: none"> - Alfalfasproussen - Fermentiertes Gemüse - Beeren - Chicorée - Kiwi - Löwenzahn - Sauerkraut - Tomate - Weizen - Zitronensaft - Grüne Oliven

Das Feuelement mit Herz, Dünndarm, Kreislauf & 3E – erfreust du dich am Leben?

Die Pubertät steht im Zeichen des Feuers – dabei suchen wir nach unserer Persönlichkeit. Wie reden und lachen wir? Wie drücken wir uns aus? Als Hauptorgan ist das Herz hier der Chef und sein erklärtes Ziel sind Respekt und Toleranz.

Pro Tag pumpt das Herz mehrere 1'000 Liter Blut in den Körper. Funktioniert da etwas nicht so wie es sollte, kann das sehr schnell auf die Grundemotion des Feuelementes schlagen: Die Freude.

Sind Herzenergie und Lebensfreude im Lot sind wir begeisterungsfähig, kommunizieren gerne und erfreuen uns auch an den kleinen Dingen des Lebens.

Ist eine Unausgeglichenheit da, kann diese emotional folgendes mit uns anstellen:

Zu schwach ausgeprägt	Zu stark ausgeprägt
<ul style="list-style-type: none"> - Traurigkeit und Melancholie begleiten den Menschen - Introvertiert, (kontakt)scheu - fühlt sich ungeliebt - Und stellt sich lieber mal ruhig hinten an 	<ul style="list-style-type: none"> - Selbstdarsteller, der gerne im Mittelpunkt steht - Neigung zu Oberflächlichkeit - Genussüchtig - Hysterisch & hitzig - Oberflächlich - Egoismus

Unterstützende Lebensmittel	
<ul style="list-style-type: none"> - Bockshornkleesamen - Bohnenkraut - Buchweizen - Curcuma - Hafer - Knoblauch - Lamm - Lauch - Oregano - Paprika - Pfeffer - Rosenkohl - Schnittlauch - Thymian 	<ul style="list-style-type: none"> - Artischocke - Chicorée - Grapefruit - Holunderbeere - Radieschen - Rucola - Salbei - Wassermelone - Zitruschalen

Das Erdelement mit Milz & Magen – machst du dir viele Sorgen?

Bereit für die Verantwortung? Dann ist das Erdelement an der Reihe und allenfalls Zeit, selbst eine Familie zu gründen. So ist die Tugend der Erde die Fürsorge.

Die Milz ist für die Umwandlung von allem zuständig, das wir aufnehmen. Funktioniert da etwas nicht so wie es sollte, kann das auf die Grundemotion des Erdelementes schlagen: Die Sorgen werden übermässig und die Gedanken drehen sich im Hamsterrad.

Sind Milzenergie und somit die Sorgen im Lot, fühlen wir uns genährt, geliebt und gepflegt. Wir können Verantwortung übernehmen, können Bindungen eingehen und Empathie sowie Mitgefühl zeigen.

Ist eine Unausgeglichenheit da, kann diese emotional folgendes mit uns anstellen:

Zu schwach ausgeprägt	Zu stark ausgeprägt
<ul style="list-style-type: none"> - Sich wenig (nichts) gönnen - Fühlt sich ungeliebt – passt sich stets an - Verantwortung übernehmen? Nein! - Mitgefühl hält sich in Grenzen - Möchte auf jeden Fall dazugehören und passt sich an 	<ul style="list-style-type: none"> - Aggressionen zeigen sich bei jeder Gelegenheit... - Gier, Gier, Gier – nie gibt's genug! - Helikoptereltern – überfürsorglich - Sich für alles verantwortlich fühlen - Über alles Kontrolle haben wollen - Macht sich über alles und Jeden Sorgen

Unterstützende Lebensmittel	
<ul style="list-style-type: none"> - Anis - Datteln - Eier - Hirse - Karotte - Kartoffel - Kokosnuss(milch) - Kürbis - Mais - Süsskartoffel - Vanille - Zimt 	<ul style="list-style-type: none"> - Ahornsirup - Apfel - Auberginen - Avocado - Buchweizen - Champignons - Leinöl - Sellerie - Zucchini

Das Metallelement mit Lunge & Dickdarm – bist du traurig?

Das «Reif» werden im Leben findet im Metallelement statt – wir werden zusehends trockener und starrer. Und da passt es, dass das Metall für Disziplin, Ordnung und Struktur, ja Rechtschaffenheit steht.

Die Lungen müssen fortlaufend frische Atemluft bekommen sowie die verbrauchte Luft abgeben können. Funktioniert da etwas nicht so wie es sollte, ist das Leben schnell vorbei. Vieles im Leben kann die Grundemotion des Metallelementes auslösen: Die Trauer.

Sind Lungenenergie und somit Trauer im Lot, fühlen wir uns gerecht behandelt und erkennen die schönen Dinge im Leben. Wir verhalten uns ehrlich, haben eine gewisse Disziplin und können gut mit Werten umgehen sowie unsere Handlungen reflektieren.

Ist eine Unausgeglichenheit da, kann diese emotional folgendes mit uns anstellen:

Zu schwach ausgeprägt	Zu stark ausgeprägt
<ul style="list-style-type: none"> - Das Gefühl von schuldig fühlen ist sehr präsent - Dinge loslassen ist sehr schwer/unmöglich - Es findet ein Empfindungs- & Verhaltenschaos statt - Alles ist so «kläglich» - Kontakte geben oft Probleme 	<ul style="list-style-type: none"> - Da sind pedantische Zwänge vorhanden - Nachtragende Gedanken und Gefühle - Unterdrücken von Emotionen - Sich an Trauer festhalten - Niemanden an sich ran lassen

Unterstützende Lebensmittel	
<ul style="list-style-type: none"> - (Frühlings-)Zwiebel - Curry - Hafer - Ingwer - Kardamom - Liebstöckel - Lorbeer - Meerrettich - Nelke - Schnittlauch 	<ul style="list-style-type: none"> - Birne - Kaninchen - Kohl - Koriander - Pfefferminze - Radieschen - Rettich

Und nun – wie weiter?

Welche Elemente haben dich angesprochen und mit welcher Gewichtung? Niemand ist oder hat nur das eine Element – Menschen sind komplexe Wesen, die aus einer Mischung aller Elemente bestehen. Jeder hat seine ganz individuellen Ausprägungen, die sich aus den «Genen» ergeben haben und sich laufend durch die Lebenserfahrung verändern können.

Die angegebenen Lebensmittel sind eine kleine Auswahl, wie man seine Emotionen beeinflussen kann. Findest du bei dir eine spezielle Ausprägung, so integriere doch einige der angegebenen Esswaren in deinem Ernährungsplan. Die Meinung ist nicht, dass du nur noch diese Lebensmittel isst! Es ist wie bei allem: Ausgewogenheit ergibt Balance oder etwas plakativer ausgedrückt: Die Menge macht das Gift.

Zudem erachte ich als wichtig, dass wir uns nicht stur in diesen fünf Elementen bewegen. Alles Beschriebene bringt nichts, wenn es nicht auf der Ebene des guten Willens, bzw. guten Gefühls geschieht. Gesund essen ist super – perfekt ist es erst, wenn wir mit Freude essen. Das was Spass macht tut uns gut.

In diesem Sinne: Viel Freude beim emotionalen Essen!

Mehr Informationen sind beim Verband Ernährung nach den 5 Elementen zu finden: www.ve5e.ch

Quellen:

- «Meridiane – Landkarte der Seele» von Mike Mandl
- «Das Grosse Handbuch der Chinesischen Ernährungslehre» von Manuela Heider de Jahnsen
- «Emotionen und Organfunktionen aus Sicht der TCM-Facharbeit» Petra Fichtiger, Juni 2008

Entspannungsübungen für den Nacken

Einfache Dehnungen am Arbeitsplatz oder zu Hause geben uns Raum für mehr Lebensfreude und Leistung.



PETER MÉGEL / GESCHÄFTSFÜHRER APM RADLOFF –
BERUFSVERBAND DER APM THERAPEUTEN

In diesem Magazin werden die Ursachen von Nackenschmerzen und deren möglicher APM-Therapie genauestens beschrieben. Chronische Beschwerden sollten bei einem APM Radloff Therapeuten analysiert und behandelt werden.

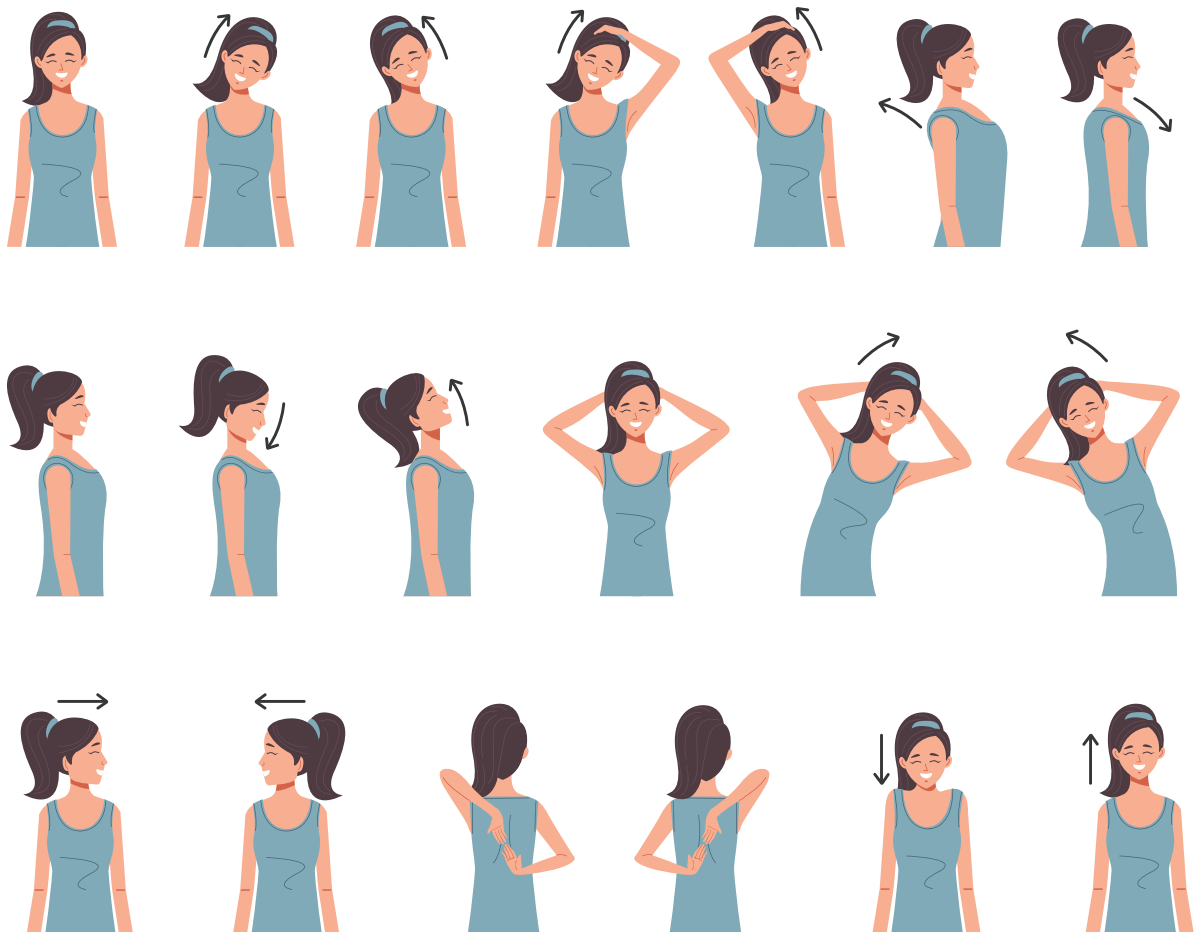
Aber was kann ich im Alltag dagegen tun? Insbesondere wenn ich meiner Arbeit mehrheitlich sitzend oder stehend nachgehe?

Die wichtigste Grundhaltung möchte ich gerne wieder in Erinnerung rufen, aufrechte Haltung. Das heißt, die Schultern nach hinten und unten drücken, den Kopf leicht und gerade ausgerichtet auch nach hinten halten sowie das Becken entgegen dem Hohlkreuz drehen. Das Gefühl ist dann eine

wache Präsenz mit mehr Raum für sich. Fühlt sich doch gut an, oder?

Ja, dehnen ist eine wichtige Übung. Die mehr oder weniger verkrampte Haltung durch eine ständige Überforderung wird mit den folgenden Übungen wachbewegt. Die leichten Schmerzen der Dehnung lässt uns wieder loslassen, wir spüren wieder unseren Körper. Das Denken pausiert. Die eigene Präsenz geht Hand in Hand mit dem körperlichen Bewusstsein. Dem immer wieder sorgsamem Umgang mit sich bringt Freude und ironischerweise mehr Leistung. Probiere es einfach aus.

Ich wünsche dir einen spannenden und gleichermassen entspannenden Arbeits- und Privatalltag.



Unzählige mögliche Ursachen

Die Schulter- und Nackenpartie ist oft Trägerin von Symptomen. Spannungen, Bewegungseinschränkungen und Schmerzen gehören aktuell für viele Menschen zu alltäglichen, bereits akzeptierten Symptomen.



CLAUDIA COULIN / APM-RADLOFF THERAPEUTIN
AUSBILDERIN UND DOZENTIN AM LEHRINSTITUT RADLOFF

Vielleicht sind wir als Betroffene und als Therapierende geneigt, die Muskulatur jeweils als schuldig zu befinden. Die sitzende Tätigkeit, der im Nacken sitzende Stress, die gebeugte Haltung, die beginnende Arthrose der Facettengelenke, das nicht-medizinische Kopfkissen...

Für uns Therapeuten ist es eine Herausforderung, die vielen möglichen Ursachen im Hinterkopf zu haben und die gängigen Hypothesen zu prüfen, ohne uns auf einen Schematismus festzubeissen. Eine weitere Herausforderung kann darin bestehen, die Symptome und die Ursachen auseinanderzuhalten.

Am Beispiel vom Nackenschmerz, möchten wir in diesem Artikel die verschiedenen Möglichkeiten zur Behandlung aufzeigen. Diese Denkweisen lassen sich dann auf viele weitere Symptome adaptieren.

Hypothesen der ersten Ebene:

Wenn wir mit einer Behandlungsserie beginnen, interessiert uns anfangs primär die erste Ebene. Da denken wir nicht konstitutionell oder organisch oder sonst kompliziert, wir bleiben einfach und stellen und eine Hauptfrage: Ist der Ort der Beschwerde voll oder leer?

Energieflussstörungen

Wenn wir Verletzungen, die von einer schulmedizinischen Fachperson behandelt werden müssten, und andere Kontraindikationen ausgeschlossen haben, beginnen wir mit den ersten Behandlungen. Grob formuliert überlegen wir uns an dieser Stelle, ob am Ort der Beschwerde, hier der Nacken, eine Fülle oder eine Leere besteht (viele Infos dazu findest du im A-Kurs der Grundausbildung Radloff Level 1). Test der Wahl ist hier ein geeigneter Probestrich (Turbo-eintägige Auffrischung am Vertiefungskurs Probestrich), der sich aus der Opponentz und dem aktuellen Ohrbefund ableiten lässt.

Und auch die Extremitätengelenke gilt es in diesem Stadium der Behandlung zu bedenken, denn auch da kann Energie blockiert

werden, die dann zu einer Energieflussstörung im Nacken führt (intensiv behandelt im B1-Kurs).

Traumatische Ursache

Im Erstgespräch muss geklärt werden, ob Strukturen verletzt sind.

Eine HWS Distorsion 4. Grades mit Frakturen oder Rupturen muss selbstverständlich zuerst operativ behandelt werden. Wie aber steht es mit einem Schleudertrauma des 1.- 3. Grades¹ wo keine Strukturen zerstört wurden? Bei einem gesunden Körper müssten diese Verletzungen ausheilen. Was sie bei circa 47 % der in 1. und 2. Grad eingestuftem Klienten innerhalb von 4 Wochen tun. Nach einem Jahr erhalten aber immer noch 1.9% der Betroffenen eine Entschädigung wegen Arbeitsunfähigkeit². Unserer Ansicht nach muss bei diesen Menschen ein anderer Störfaktor im Körper vorhanden sein, welcher das Ausheilen ver- oder zumindest behindert.

Statische Ursachen

Die statische Behandlung von Becken- und Wirbelsäulengelenken ist ab der ersten Behandlung wichtig. Steht ein Wirbel im Nacken verdreht, äussert sich das in muskulären Spannungen, Bewegungseinschränkungen oder Schmerzen (B-Kurse). Die Verdrehung des Wirbels kann direkt entstanden sein, beispielsweise über eine traumatische Ursache. Da wir Becken und Wirbelsäule als funktionelle Einheit betrachten, kann auch ein verdrehtes Becken oder ein verdrehter Lendenwirbel die Ursache sein, und ein reaktiv verdrehter Halswirbel dann dem beklagten Nackenschmerz zugrunde liegen.

Verdrehte oder blockierte Becken- oder Wirbelgelenke haben negative Auswirkungen auf Rücken und Nackenmuskulatur. Das Lösen der Muskulatur durch Massagen, Dehnübungen oder Yoga kann deshalb oftmals nicht nachhaltig wirken.

¹ QTF Quebec Task Force

² Hartling L, Brison RS, Arden C, Pickett W; Prognostic value of the Quebec Classification of whiplash-associated disorders

Ziel muss sein, alle Gelenke (Becken-, Wirbel- und Extremitätengelenke) zu mobilisieren und dadurch eine statische Funktionalität zu erreichen.

Neurale Störungen

Aufgrund von statischen Problemen der Wirbelsäule oder Spinalkanalstenosen können einzelne neurale Strukturen unter Druck kommen und dadurch Beschwerden im versorgenden Gebiet verursachen.

Fazit 1. Ebene

Diese Möglichkeiten als mögliche Hypothesen zu verfolgen, bedingt, dass uns während der Behandlung die primär angestrebte Behandlungsebene bewusst ist.

Auf der ersten Ebene denken wir gross, wir wissen, dass am Ort der Beschwerde eine Energieflussstörung besteht, dass diese entweder in energetische Fülle oder in energetischer Leere ist, und dass wir das mit Ohrreflexkontrolle, Probestrich, Sand- und Seidentastung, uvm. herausfinden und behandeln können. Die statischen Einflussfaktoren werden entsprechend der ORK behandelt.

(Diese entsprechenden Kompetenzen werden in den Kursen der Grundausbildung und im Refresher Level 1 geschult und können hier gerne am Lehrinstitut Radloff aufgefrischt werden.)

Hypothesen der zweiten Ebene:

Wenn die Nackenbeschwerde mit der Behandlung der ersten Ebene ungenügend oder nicht nachhaltig behandelt werden kann, gehen wir weiter mit den Strategien der zweiten Ebene. Die Schwierigkeit (oder darf ich sagen: das Interessante) an Nackenschmerzen ist, dass jedes Organ sich in den Nacken projizieren kann. Darum kümmern wir uns in der Behandlung des Nackenschmerzes mit der zweiten Ebene.

Internistische Ursache

Ist der Nackenschmerz einseitig, kann mit gewisser Wahrscheinlichkeit auf ein gleichseitig liegendes, verursachendes Organ geschlossen werden.

Für Klärung einer internistischen Ursache ist das schulmedizinische Wissen der Organfunktionen erforderlich. Um eine belastbare Hypothese aufstellen zu können, fragen wir in der Befundaufnahme nicht nur nach den aktuellen Nackenbeschwerden, sondern interessieren uns für bestehende Symptome der Organe. Nackenschmerz und bestehender Reflux führt zu einer anderen Hypothese als Nackenschmerz und gleichzeitig bestehende Inkontinenz, auch wenn beide Symptome von der Klientin bisher nicht in Zusammenhang gebracht wurden. Diese Inhalte besprechen wir am Lehrinstitut Radloff im C-Kurs, im Segmentkurs, im Vertiefung Verursacher und im Refresher Level 1.

Mit der Verursachersuche und der Verursacherbehandlung haben wir ein wunderbares Hilfsmittel, um die direkten Zusammenhänge zwischen Organen und Beschwerde zu finden. Wir grenzen mit der Befragung die primär zu beachtenden Verursacher ein und überprüfen die Wirkung von Mu- bzw. Shu-Punkten auf ihre Wirkung auf den Nacken.

Wenn der Verursacher gefunden ist, geht die therapeutische Herausforderung weiter. Einerseits wird die Behandlung geplant und durchgeführt. Andererseits möchten wir herausfinden, wieso das entsprechende Zang Fu in einem Ungleichgewicht ist. Auch da müssen wir die Organfunktionen westlich und chinesisch kennen (Wandlungsphasenkurse, C-Kurs) um die Noxen zu erkennen, die zur Beschwerde führen.

In mancher Behandlung ist die Anwendung des Kontrollzyklus der Wandlungsphasen zielführend. In einer anderen Behandlung dürfen wir in westlichen Organfunktionsketten denken und uns beispielsweise überlegen, welchen Effekt auf das Duodenum entsteht, wenn die Gallenblase entfernt wurde. In einer wieder anderen Behandlung auf der zweiten Ebene integrieren wir das Genogramm, die Hand, die Hinweise aus der Gesichtsdiaagnose oder wir denken mit dem Modell des Dreifachen Erwärmer.

Die segmentalen Zusammenhänge erlauben es uns, die Behandlung über die Dermatome, Myotome und Viszerotome zu intensivieren. Diese werden auch im Artikel von Klaus Radloff und Peter Jeker in diesem Heft thematisiert.

Fazit zweite Ebene:

Je breiter unser Wissen über die Organe in beiden Medizinsystemen ist, desto ganzheitlicher wird unser Bild zu den Beschwerden. Es ist eine Kunst, die verschiedenen Werkzeuge, die im Konzept Radloff integriert sind, als gleichwertig zu betrachten und stets aufs Neue herauszufinden, welches in der vorliegenden Situation zielführend ist.

Hypothesen der dritten Ebene

Manchmal erreichen wir mit all diesen Werkzeugen und Strategien keine Nachhaltigkeit. Dann kann die dritte Ebene angegangen werden.

Da werden die Glaubenssätze, die zu lange ertragenen Zustände, die toxischen Emotionen behandelt.

Wir haben uns hier die Befunderhebung bezüglich Ausserordentlichen Gefässe (AG) vereinfacht. Neu arbeiten wir mit spezifischen Mu-Punkten und Probereize über die Öffnungs- und Koppelungspunkte, um das indizierte AG zu finden. Dies ist vom Vorgehen ähnlich wie die Verursachersuche. Diese Techniken und Strategien für die AG lehren wir in den Konstitutionskursen.

Zur Behandlung und Auffindung von Luo-Gefässen, die die toxischen Emotionen gespeichert haben, nutzen wir sichtbare Besenreisser und bearbeiten diese mit Gua Sha und Meditation. Weil uns das interessiert, planen wir dazu aktuell einen Erweiterungskurs.

Die Inneren Verläufe werden durch zu lange ertragene Zustände und Glaubenssätze belastet. Im Kurs innere Meridianverläufe mit Peter Jeker und im Kurs divergente Leitbahnen mit Josef Viktor Müller können diese Techniken erlernt werden.

Fazit

Vielleicht habt ihr es bemerkt: Eigentlich kann alles zu Beschwerden im Nacken führen. Unsere Herausforderung ist es, wie eine Detektivin den vielen verschiedenen Fährten zu folgen. Einige Techniken führen uns zum Ziel, andere in eine Sackgasse.

Die verschiedenen Werkzeuge präsent zu haben, macht die Arbeit mit der Methode Radloff nie langweilig. Und die Wiederholung von Kursen empfehlenswert.

Schlussanmerkung: Bevor ich angefangen habe, die Kurse der Grundausbildung zu unterrichten, habe ich die Kurse wiederholt, assistiert und erneut wiederholt. Ich war oft erstaunt, wie viele Inhalte ich vergessen oder noch nicht im ganzen Kontext verstanden habe. Nun bin ich dankbar für die vielen Inputs, die ich mir so oft in den Kursen mit Peter holen durfte, weil die gefestigten Grundlagen die Erfolge in der Behandlung massiv erhöht haben.

Die «Dawo's - Methode»

Die körperlichen Korrespondenzen und die Ursache von Nackenschmerzen im Konzept Radloff

PETER JEKER / AUSBILDUNGSLEITER DER APM-RADLOFF AM LEHRINSTITUT RADLOFF

KLAUS RADLOFF (1940 – 2014) / BEGRÜNDER DER AKUPUNKTURMASSAGE NACH RADLOFF (APM)



Die Beobachtung, dass der Schmerzort nicht unbedingt mit dem Behandlungsort übereinstimmt, ist für die Klienten aber auch Therapeuten, welche nicht mit dem Konzept Radloff bekannt sind, oftmals schwierig zu verstehen. Es fehlen Erklärungsmodelle, warum trotz technischer perfekt durchgeführter Behandlungen am Schmerzort, z.B. Nacken oder Schulter, die Beschwerden oftmals resistent sind. In dieser Hinsicht bietet das Konzept Radloff ein Erklärungsmodell, das weit über diesen Ansatz hinausgeht und deshalb ein sehr präzises, und dennoch individuelles Behandlungsvorgehen ermöglicht.

«Da wo's weht tut ist nicht unbedingt da wo behandelt werden soll»

Körperliche Korrespondenzen

Das Auffinden der Ursachen für Schulter-Nacken-Beschwerden wird erst möglich durch die Definition der miteinander in Zusammenhang stehenden Körperregionen. Die folgenden Ausführungen sollen diesbezüglich Klarheit verschaffen: Bei Betrachtung des Energiekreislaufes ergibt sich, dass gegenüberliegende Leitbahnen gegensätzliche energetische Qualitäten aufweisen.

So befindet sich der Herzmeridian (Yin) in Abbildung 1 oben, und oppositionell unten, der Gallenblasenmeridian (Yang). Der Herzmeridian erhält seine tageszeitliche maximale Energie zur Mittagszeit (Yang) und der Gallenblasenmeridian zur Mitternacht (Yin). Aus diesen Yang-Yin-Gegensätzen leitet sich die Bezeichnung „Regel Mittag-Mitternacht“ ab. Nach dieser Regel lassen sich nicht nur die energetischen Versorgungszeiten der Organe und Leitbahnen, sondern weiter auch Yang-Yin bedingte gegensätzliche körperliche Regionen ableiten.

Fuss und Hand

Der Fuss wird von den Übergängen des Blasen- zum Nierenmeridian, des Gallenblasen- zum Lebermeridian und vom Übergang des Magen- zum Milz-Pankreasmeridian versorgt. In den jeweiligen Oppositionen lassen sich die Übergänge Lunge zu

Dickdarm, Herz zu Dünndarm und Kreislauf zum Dreifachen Erwärmer finden. Diese Meridianübergänge versorgen die Hand. Damit werden Energieverlagerungen im Sinn der Ersten Hilfe möglich. Ein energievoller Fuss kann danach durch die Behandlung der Hand – und umgekehrt eine energievollere Hand durch die Behandlung des Fusses – entlastet werden. Es kann somit gesagt werden, dass Hand und Fuss in oppositioneller Beziehung stehen.

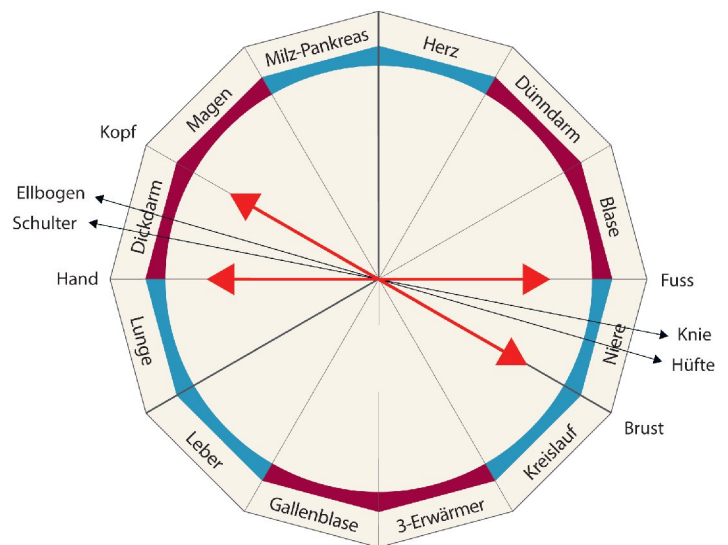


Abbildung 1: Oppositionen in der Meridianuhr
©Lehrinstitut Radloff

Knie und Ellbogen

Zwischen diesen beiden Gelenken lässt sich das oppositionelle Prinzip dieser Regel ebenfalls anwenden. Folgt man dem Verlauf der Yin-Leitbahnen des Beines in Richtung Rumpf, gelangt man zum Knie. Die verhältnismässig gleiche Strecke der Yang-Meridiane des Armes endet am Ellbogen.

Hüfte und Schulter

Die gleiche Logik trifft auf die gegensätzlichen Korrespondenzen zwischen dem Hüftgelenk und Schulterregion zu.

Brust und Kopf

In der Brustregion befinden sich die Übergänge der Yin-Yin Meridiane. Gegenüber die am Kopf befindlichen w Übergänge. Zwischen den beiden Gebieten lassen sich ebenfalls Energieverlagerungen vornehmen.

Die Zwischenräume

Die Strecken zwischen den genannten Gelenken können nach dieser Regel ebenfalls definiert werden: Vom Unterschenkel besteht eine Energieaustauschmöglichkeit mit dem Unterarm, vom Oberschenkel zum Oberarm und die Strecke der Yin-Meridiane zwischen dem Hüftgelenk und ihren Endpunkten in der Brustregion, dem Rumpfraum entsprechen im Yang den Lokalisationen zwischen der Schulter und dem Kopf.

Die Schulter-, Nacken- und Kopfregion

Die erwähnte Beziehung zwischen den Rumpfraum und der Schulter-, Nacken- und Kopfregion klärt die Zusammenhänge, denn es hat sich gezeigt, dass alle im Rumpf ablaufenden Prozesse hier ihren reflektorisch-energetischen Niederschlag haben und organische Störungen sich an diesen Stellen auswirken können. Diese Erkenntnis bringt uns oft rasch an die den Beschwerden zugrunde liegende organische Ursache.

Die segmentale Innervation

Mit der Lehre der segmentalen Innervation, wie sie Grundlage der Segmenttherapien wie z.B. der Bindegewebsmassage ist, lassen sich diese Zusammenhänge bestätigen. Diese Lehre besagt sehr vereinfacht ausgedrückt, dass im Gehirn gebildete, nervliche Impulse durch das Rückenmark in den Rumpf und weiter in die Spinalnerven geleitet werden.

Spinalnerven treten zwischen zwei benachbarten Wirbeln aus dem Rückenmark aus und versorgen in dieser Etage Haut und Unterhaut in einem halbgürtelförmigen Abschnitt, dem Segment. Von ihrem Austritt aus der Wirbelsäule haben sie innerhalb dieses Segmentes Verbindungen zur Muskulatur und zu einem inneren Organ. Befindet sich ein inneres Organ in einem Reizzustand, teilt sich dieser den anderen Partnern mit und es kommt zur paravertebralen Zunahme der Muskelspannung und zu einem Ödem mit Verklebungen zwischen Haut und oberster Muskelschicht im gleichen Segment.

Bei der Betrachtung der Segmentschemata in Abbildung 2 fallen zwei bemerkenswerte Details auf. Einmal befinden sich in den eingezeichneten Zonen immer die den Organen entsprechenden Zustimmungspunkte und zum Zweiten lässt sich stets

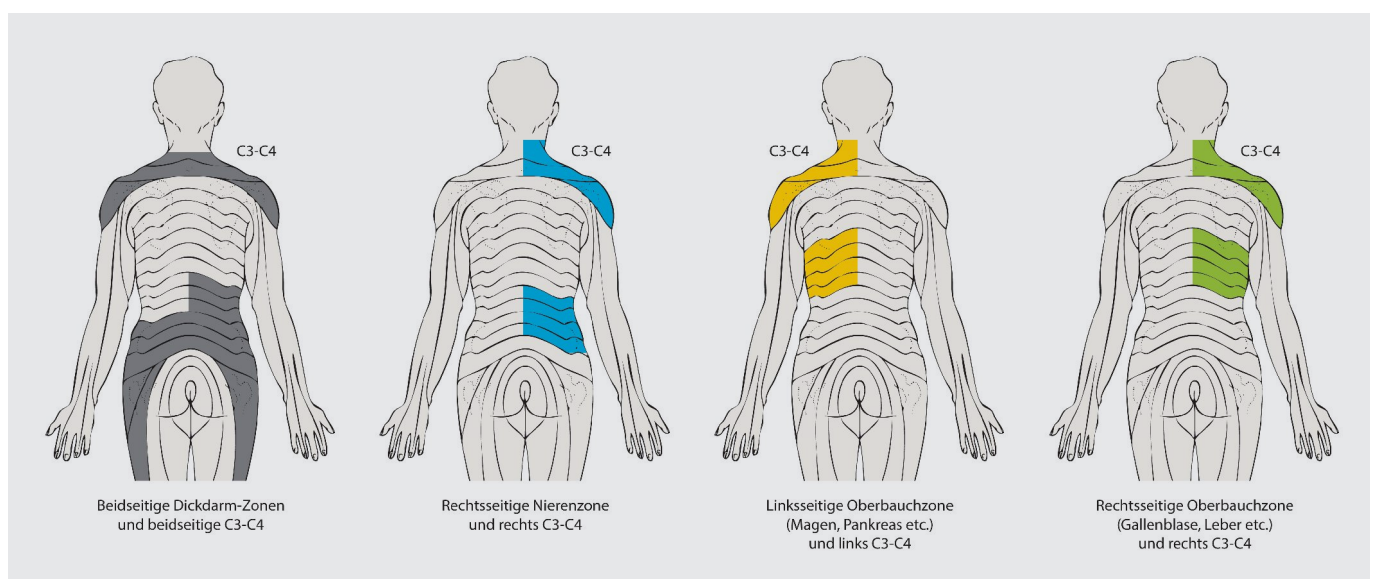


Abbildung 2: Segmentale Beteiligung

eine auf der gleichen Seite eine Zone im Bereich des Übergangs zwischen der Brust- und der Halswirbelsäule finden. Es handelt sich um die Dermatome C3-C4.

Die Begründer dieser Lehre, die Professoren Hansen und von Staa bezeichnen diese Zone als universelle Organ-Mitbeteiligungszone. Die Zone C3-C4 deren Ausdehnung unterschiedlich sein kann, ist weitgehend identisch mit der von der Akupunktur Massage nach Radloff beschriebenen Korrespondenzzone des Rumpfes.

Weiteres Indiz, die therapeutische Beeinflussbarkeit

Als weiterer Hinweis für die Richtigkeit der hier angeführten Überlegungen können die Ergebnisse therapeutischer Einflussnahmen angeführt werden. Angenommen es liegt ein Schmerz mit Bewegungseinschränkungen der rechten Schulter vor, dann sind alle auf dieser Seite liegenden inneren Organe verdächtig dafür verantwortlich zu sein.

Es wird nun eine Organzone am Rumpf nach der anderen behandelt und jeweils nach der Behandlung einer Zone der Bewegungsausschlag im Schultergelenk kontrolliert. Die Beweglichkeit der Schulter verbessert sich signifikant, nachdem die auslösenden Organzone abgebaut wurde. Derartige Einflussnahme ist mit den Mitteln der Akupunktur Massage nach Radloff machbar. Sie wirken meist in Form eines Sekundenphänomens und aus der damit gewonnenen Erkenntnis lässt sich eine eingehende Organtherapie ableiten.

Sinngemäß trifft das hier beschriebene Behandlungsvorgehen ebenso bei Schmerzen des Trapeziuskamms, schmerzhaften Bewegungseinschränkungen der Halswirbelsäule und bei Kopfschmerz, bis hin zur Migräne, zu.

Die Folgen traumatischer Einwirkungen

Selbstverständlich gelten die hier angeführten Überlegungen nicht für frische Traumata. Verletzungsfolgen sollten jedoch innerhalb eines angemessenen Zeitraums ausheilen. Relativ häufig ist das nicht der Fall und Patienten beklagen sich unter Umständen noch nach Jahren über von einem Unfall herrührende Beschwerden.

Warum, sollte hier die Frage gestellt werden, waren die Selbstheilungstendenzen des Organismus in diesen Fällen nicht wirksam? Die Antwort lässt sich mit erkrankten inneren Organen beantworten, die ihr Störfeuer nach den hier beschriebenen Zusammenhängen in die Schulter-, Nacken-, Kopfregion übertragen. Dabei handelt es sich wiederum um eine Erkenntnis der Akupunktur Massage nach Radloff. Schauen sie bei uns rein und lassen sie sich überraschen...

Interpretation und nachhaltige Behandlung von Schmerzen mit der Akupunktur Massage nach Radloff



PETER JEKER / AUSBILDUNGSLEITER DER APM-RADLOFF
AM LEHRINSTITUT RADLOFF

Die Methode Akupunktur Massage nach Radloff hat in der Schmerztherapie erstaunliche Erfolge erzielt. Der Grund dafür könnte in der Interpretation von Symptomen und der energetischen Befunderhebung liegen. Dabei geht die APM nach Radloff einen eigenwilligen Weg, basierend auf Wissen der chinesischen Medizin, westlicher manualtherapeutischer Ansätze und der Befunderhebung über die Ohr-Reflexzonen-Kontrolle.

Die Chinesische Medizin erklärt Schmerzen aller Art mit einem gestörten Gleichgewicht zwischen Yin und Yang. Also einer unausgewogenen Verteilung von Qi im Körper. Die Interpretation der Ursachen für Schmerzen gestaltet sich meist komplex, da es aufgrund verschiedener energetischer Qualitäten gilt, diese differenziert zu interpretieren und den effektiven Verursacher zu eruieren.

Besonders bei chronischen Schmerzen gleicht das Erkennen des Verursachers, der Suche nach der Stecknadel im Heuhaufen. Die meisten Klienten haben bereits unzählige Diagnosen und Behandlungen durchlaufen und wollen eigentlich nur noch ernst genommen und von ihrem Leiden befreit werden. Die Anwendung von Punkt Rezepten oder «Wunderpunkten», halten meist nicht das, was sie versprechen und entbinden uns auch in der chinesischen Medizin (CM) nicht davon, eine sorgfältige Anamnese durchzuführen und ein darauf basierendes Therapiekonzept für unsere Patienten zu erstellen.

Die APM wurde in den fünfziger Jahren, aus verschiedenen Veröffentlichungen zu Themen der CM entwickelt. Im Unterschied zur CM, wurde in der APM von Anfang an, der ganze Meridian in die Behandlung einbezogen, dies mit dem Ziel, ungehinderte Flussbedingungen zu schaffen. Wesentlich zur Komplettierung der Methode beigetragen, haben die Möglichkeiten der differenzierten Befunderhebung, durch die Ohr-Reflexzonen-Kontrolle nach Radloff. So entstand ein Behandlungskonzept das die Prinzipien von Yin und Yang, von Fülle

und Leere und das Modell der Wandlungsphasen aus der CM einbezieht.

Durch die Befunderhebung wird ersichtlich, dass mangelnde Flussbedingungen, Projektionen innerer Organe über neurale Segmente oder Meridianverläufe, nicht artikulierende Gelenke und anderes mehr, als mögliche Ursachen für Schmerzen aller Art verantwortlich sein können. Da die APM, neben den Erklärungsmodellen der CM, auch westliche Sichtweisen, wie segmentreflektorische Zusammenhänge und manualtherapeutische Ansätze integriert, können dadurch sowohl energetische Qualitäten, wie auch strukturelle Veränderungen beeinflusst werden.

Die Symptomatik wird durch diesen Ansatz primär auf ihre Ursache hin untersucht und in einen ganzheitlichen Kontext gestellt. Die Behandlungskonzepte sind individuell und werden in jeder Sitzung mehrmals überprüft. Zu diesem System gehören neben der reproduzierbaren Auslegung von Ohrpunkten, auch die Interpretation der Mu- und Shu-Punkte, sowie der segmentalen Zuordnung von Bindegewebszonen und Muskulatur. Entsprechend den Störungen in den verschiedenen Ebenen (siehe Abb. 1) kommen die bekannten energetischen Regeln der CM (Mittag-Mitternacht, Ehemann-Ehefrau, etc.) zur Anwendung.

Energetische Ebenen des Körpers

Befunderhebung und Therapie basieren in der APM nach Radloff auf dem Modell der drei Energieebenen. Dabei teilt man den Organismus in eine äussere Meridian- oder Abwehrebene, eine mittlere Organ- oder Nährebene und eine innere Konstitutions- oder energetische Kernebene. In jeder dieser Ebenen können Ursachen für Schmerzzustände liegen und entsprechend beeinflusst werden. Im Konzept Radloff hat man für jede dieser Ebenen Befunderhebungsmöglichkeiten und therapeutische Ansätze. Dabei ist von zentraler Bedeutung,

dass der Arbeitsprozess von der äussersten Ebene kontinuierlich zur Innersten hin verläuft. Eine Intervention auf der Ebene der Konstitution wird also erst dann in Betracht gezogen, wenn zuvor optimale Flussbedingungen auf der Meridian- und der Organebene geschaffen wurden. Dadurch ist gewährleistet, dass Ursachen systematisch eingegrenzt und differenziert werden.

In der ersten Ebene wird primär am System der Leitbahnen gearbeitet. Dabei werden auch nicht-artikulierende Gelenke in die Behandlung einbezogen und mit manualtherapeutischen Massnahmen am Bewegungsapparat behandelt.

Die mittlere Ebene entspricht den funktionellen Störungen der Organe und der Stoffwechselforgängen. Sie werden durch gezielte Energieverlagerung beeinflusst. Die Behandlung kann dabei über Alarm- und Zustimmungspunkte, über Steuerungspunkte, über die Behandlung des Bindegewebes und wiederum durch manualtherapeutische Massnahmen erfolgen.

In der dritten Ebene treffen wir auf konstitutionelle Veranlagungen. Dabei gelangt das Modell der Wandlungsphasen der CM



Abbildung 1: Drei Ebenenmodell der APM nach Radloff ©Lehrinstitut Radloff

zur Anwendung. Unterstützende Massnahmen wie Tees, Kräuter, Fragen zur Lebensführung, zur Ernährung und der Emotionalität spielen dabei eine wichtige Rolle. Auch diese Aspekte werden energetisch interpretiert und nach dem Modell des Ausgleichens behandelt.

Die Ohr-Reflexzonen-Kontrolle (ORK) spielt dabei eine zentrale Rolle. So wird es durch diese Befunderhebungstechnik möglich, nicht auf der Interpretation von Symptomen, sondern auf der Interpretation und dem Ausgleich von Yin und Yang.

Die Befunderhebung durch die ORK ermöglicht durch das Modell der energetischen Ebenen das Interpretieren komplexer Symptomatik. Das konsequente Anwenden der Regeln des Ausgleichens und Umverteilens, ermöglicht eine gezielte, immer wieder auf den Zustand des Klienten angepasste und nachhaltige Behandlung

Beispiel

Klientin, 52 Jahre, rezidivierend auftretender, linksseitige Schulter- und Nackenbeschwerden

Die Behandlung der Klientin konzentrierte sich vorerst auf das Schaffen von Flussbedingungen und die manualtherapeutische Behandlung der Becken- und Wirbelsäulengelenke. Diese Massnahmen brachten auch eine kurzzeitige Besserung der Symptome, es konnte jedoch keine Nachhaltigkeit erzielt werden.

Die getroffenen Massnahmen wirken, nach Abb. 1, auf der ersten Ebene. Offensichtlich lag aber die Ursache der Beschwerden auf der darunterliegenden Organebene. Darauf wies auch die vorhandene Ohr-Zone ‚Magen‘ hin. Der Alarmpunkt ‚Magen‘ war zudem stets druckempfindlich und eine ausgeprägte linksseitige, bindegewebige Quellzone im Bereich der unteren Rippen, erhärteten den Verdacht einer linksseitigen Oberbaucherkrankung. Weitere Hinweise fanden sich zunächst nicht. Es lagen keine speziellen Druck- oder Spannungsempfindlichkeiten vor und die Klientin hatte in diesem Bereich keine weiteren Beschwerden.

Durch die Befunderhebung mittels der Ohr-Reflexzonen-Kontrolle und die spezielle Tastung einzelner Alarmpunkte, konnte jedoch eruiert werden, dass sich der Magen in einer energetischen Fülle, die Gallenblase und der Dickdarm jedoch in einer

energetischen Leere befanden. Die Umverteilung der Energie musste also vom Magen in die Gallenblase und den Dickdarm stattfinden. Diese Massnahme zeigte eine deutliche Besserung die auch ca. zwei Tage anhielt; - danach baute sich der Schmerz wieder auf.

Schon in der Anamnese hatte sich gezeigt, dass die Klientin konstitutionell dem Holz und Wasser zugeordnet werden konnte. Aus diesem Grund wurden in der nächsten Behandlung die leeren Elemente Holz und Wasser tonisierend behandelt. Zusätzlich wurden der Klientin unterstützende Tees für die Leber und die Nieren empfohlen, welche sie für 3 Wochen einnahm. Diese Intervention erst machte es möglich, dass Schulter und Nacken nachhaltig vom Schmerz befreit werden konnten.

Kommentar

Durch das Modell der Energieebenen wird deutlich, dass Beschwerden vielschichtig interpretiert und behandelt werden müssen. Der traditionelle Weg der Elementenlehre wäre vielleicht über die Beeinflussung der Elemente Holz und Wasser verlaufen. Doch durch die bestehenden Blockaden in den Meridianen, hätte sich das Beschwerdebild entweder wieder aufgebaut, oder wäre an anderer Stelle wieder aufgetreten. Das trifft auch bei einer manualtherapeutischen Behandlung aufgrund der dahinterstehenden internistischen Ursachen zu.

Zusammenfassung

Schmerzsymptomatiken sind so oft schwierig zu behandeln, weil Symptom und Ursache nicht am gleichen Ort oder auf die Ursächlichkeit zurückzuführen sind. Doch energetische und strukturelle Systeme beeinflussen sich gegenseitig und sind nicht an die gängige Trennung von westlicher und östlicher Medizin gebunden. Das bedeutet, dass Therapien erst dann nachhaltig wirksam angewendet werden können, wenn alle Aspekte der gegenseitigen Beeinflussung von Systemen in Betracht gezogen worden sind.

Die APM nach Radloff ist eine Methode, die vollständig auf dem Konzept der Energetik basiert, und westliche Behandlungssysteme integriert. Schmerzzustände und funktionelle Organstörungen können dadurch gezielt und nachhaltig beeinflusst werden.

Literatur

Schmidt, Der gelbe Kaiser zur inneren Medizin,

Bacopa 2001

Platsch, Die fünf Wandlungsphasen,

Urban & Fischer 2005

Lorenzen, Mikrokosmische Landschaften,

Müller & Steinicke 2006

Bayerlein, Energetische Akupunktur,

Pflaum 2008

Jeker/Radloff/Rajimakers, Diaphragma-Zervikalreflex,

ECM 3/2009

Jeker, Die Behandlung myofascialer Verspannungen mit der Akupunktur Massage nach Radloff,

Reflexe 2 /2010

Psychosomatische Aspekte bei der Therapie der Halswirbelsäule



Probleme der Halswirbelsäule nehmen in den letzten Jahren zu. Ursache hierfür ist, bei vordergründiger Betrachtung, die Zunahmen der Arbeit am Bildschirm, zu der wir mehr oder weniger alle gezwungen sind. Doch auch andere «Ebenen» können hierbei eine Rolle spielen.

REINHARD BAYERLEIN / HEILPRAKTIKER

Die Arbeit mit der APM an der Halswirbelsäule

«Was machen Sie da? Ich habe Beschwerden im Nacken und nicht an den Beinen!» Diese Aussage hat jeder, der seriös mit der APM arbeitet, schon von seinem Klienten zu hören bekommen. Grund ist, dass wir die in der APM die Wirbelsäule als Ganzes betrachten und aus der Empirie wissen, dass Störungen der HWS in der Regel mit Störungen der ISG-Mobilität und häufig daran gekoppelten (oft minimalen) Fehlartikulationen der Beingelenke und eventuellen Beinlängendifferenzen einhergehen.

Weiter ist dem Therapeuten bewusst, dass sich in den meisten Fällen Stoffwechselstörungen (funktionelle oder gar klinische Störungen) innerer Organe als Trigger hinter den biomechanischen Beschwerden verbergen können. Dies gilt besonders dann, wenn es sich um rezidivierende Störungen handelt und der Klient immer wieder über dieselben Störungen berichtet.

So weit so gut. Da wir in der APM immer auch die emotionale Ebene und deren Komponenten beachten (sollten), schauen wir uns in diesem Beitrag einmal die möglichen psychosomatischen Hintergründe etwas genauer an.

Psychosomatik

Die folgenden Ausführungen sollen helfen, die psychosomatischen Aspekte in den Vordergrund zu stellen. Deshalb werden besondere Eigenschaften immer apostrophiert dargestellt.

Die Wirbelsäule als knöcherne Struktur, stellt sich als «Stützpfeiler» für den Körper dar. Sie «stützt und schützt» ihn (Rückenmark) und hilft uns «Aufrichtig» durchs Leben zu gehen. Sie stellt unsere Lebens«achse» da, um die sich für uns alles dreht hilft uns die Dinge aus einer «höheren Warte» heraus

zu betrachten.. Dies zeigt eine weitere Eigenschaft, die uns die Wirbelsäule ermöglicht. Es hat mit «Flexibilität» zu tun, die aber die Eigenschaft hat trotzdem «stabil und aufrecht» zu bleiben.

Die Chinesische Medizin nimmt hierfür gerne das Bild eines Bambus, der diese Eigenschaften hervorragend repräsentiert. Natürlich erkennen wir hier schon ein weiteres damit gekoppeltes Element, nämlich das des Holzes. Speziell aber die Halswirbelsäule (HWS) ermöglicht uns praktisch alle Bewegungsrichtungen zu vollziehen. Aus psychosomatischer Sichtweise zeigen sich folgende Eckpunkte:

- Wir können mittels der HWS nach «links und rechts» schauen, wodurch wir beide Seiten einer Sache erkennen können (Polarität, «Gut und Böse», usw.).
- Wir können nach «oben und unten» schauen, wodurch es uns möglich ist die materielle Welt zu betrachten, aber auch kosmisch-spirituelle Phänomene wahrzunehmen.
- Wir können «vor und zurückschauen». Dies befähigt uns die Vergangenheit zu reflektieren und die Zukunft zu planen.

Grundsätzlich ist die Wirbelsäule, wie auch das darin enthaltene Rückenmark (ZNS) der Wasser-Phase zugeordnet. So haben die Störungen auch mit dessen Eigenschaften zu tun. Diese sind im Besonderen Aufrichtigkeit, Demut, Ängste, Existenzthemen, Wille und Machtansprüche.

Sehen wir uns einmal einige Störungen im Bereich der Wirbelsäule an. Wie schon erwähnt sollten wir uns angewöhnen dieses Organ als eine Einheit zu betrachten. Wobei die verschiedenen Wirbelsäulenabschnitte zwar spezifische Aufgabenbereiche repräsentieren, die aber immer in Diensten des gesamten Organs stehen. Erinnern wir uns bei Arbeit im psychosomatischen Bereich daran, immer die Fragen zu stellen: «Was fehlt dir?» und «Willst du nicht oder kannst du nicht?»

1. Allgemeine Wirbelsäulen Probleme: Sie sind ein Hinweis darauf, dass wir Widerstand dagegen haben, das Leben auszuleben. Kann oder will ich mich nicht «beugen» (Demut)? Weshalb «verbiege» ich mich, «zeige ich Rückgrat», bin ich aus dem «Lot (Achse)», bin ich zu «steif», usw.

2. Kyphose: Sie kommt häufig in Verbindung mit dem M. Scheuermann vor und stellt somit auch eine «Wachstumsthematik» dar. Hier ist auch das «innere Wachstum» gemeint. Die fehlende «Aufrichtigkeit», die am Ende des Prozesses steht, kann beispielsweise aus Störungen des Themas der eigenen «Lebensaufgabe» hervorgehen. Hier gibt es in der Regel einen Bezug zu den Eltern, die in der Kindheit ja neben der Aufgabe der Vermittlung von materieller und emotionaler Sicherheit, die Aufgabe haben «Vertrauen ins Leben» und die eigenen Fähigkeiten zu geben¹. Man geht fortan «gebeugt» durchs Leben.

3. Skoliose: Themen sind auch hier «Aufrichtigkeit», «sich Verbiegen» und den «richtigen Platz» im Leben zu finden. Unentschlossen in der eigene «Ausrichtung» zu sein, so dass das Leben völlig aus dem «Lot» gerät, usw. Dieses Phänomen findet sich oft auch bei akuten Zuständen und wird auch als Shift bezeichnen².

4. Bandscheibenvorfall: Ein tief sitzender oft unbewusster oder verdrängter Konflikt, der jetzt an die Oberfläche drängt, da man den «Druck von Problemen» nicht mehr ausgleichen, puffern kann. Man ist «eingekeilt» und sucht einen Ausweg. Diese «Machtlosigkeit» gegenüber der Situation führt früher oder später zur «Resignation». Genauso resigniert dann das damit assoziierte Organ und erzeugt Symptome. Meist drückt die ausgetretene Bandscheibenflüssigkeit (Emotionen) auf die Nerven«wurzel», sodass die Störung schmerzhaft bewusst wird und uns richtig zu «nerven» beginnt! Die innere «Unbeweglichkeit» zeigt sich dann auch im Physischen³.

Ursachen?

Physisch

Eine Störung der Halswirbelsäule, die uns im Leben die Orientierung ermöglicht, da sie den Kopf mit den Sinnesorga-

nen in alle Richtungen zu bewegen vermag, kann also viele Ursachen haben. Auf der physischen Eben zeigt sich uns das, dass praktisch alle Organe sich in diesem Bereich auswirken können⁴. Durch die extrem einseitige Fixierung auf den Bildschirm und die damit verbundenen Themen, die wir dort bearbeiten, schlägt sich das früher oder später auch auf unser psychisches Empfinden nieder. Oder vielleicht zeigt die zunehmende einseitige Ausrichtung unserer Arbeit auch, wie extrem fixiert und unbeweglich wir heute sind?

Der immer wieder gehörte Tipp, sich mehr zu bewegen, ist deshalb vom Ansatz her richtig. Jedoch sollte die Bewegungserhöhung wenn möglich auf allen Ebenen stattfinden. Sich nur zu dehnen, reicht wohl nicht. Sinnvoller ist es wieder Kontakt mit seinem Auftrag zu bekommen und diesen dann physisch (Holz) in der Welt aktiv umzusetzen.

Emotional

Wir beobachten in der APM Radloff regelmäßig, dass die erfolgreiche Behandlung der Organthematik, die HWS wieder ihrer normalen Funktion zuführen kann. Aus diesem Grund sollten wir auch versuchen, die emotionale Thematik, die an den Funktionskreis der betroffenen Organe gekoppelt ist (Verursacher) zu thematisieren. Denn sie «feuern», bildlich gesprochen, ständig Störimpulse ins Nervensystem, die dann die WS-Mechanik stören.

Nicht selten kommt es vor, dass solche Störungen rezidivieren. Das meint, dass gut behandelte Klienten immer wieder in die Praxis kommen und über dieselben Störungen klagen. Hier ist dann der Moment sich über die konstitutionellen Hintergründe Gedanken zu machen.

Konstitution

Die Behandlung der Konstitution erfordert eine etwas andere Herangehensweise. Denn sie hat vordergründig, nicht immer direkt etwas mit den Problemen des Klienten zu tun. Es ist möglich, dass sie weder vordergründig mit den Organproblemen und deshalb auch nicht mit den emotionalen Störungen des Klienten zu tun hat.

Absolventen der Konstitutionskurse wissen, dass auch Beschwerde- und Symptomfreiheit nach der Therapie der

¹ Was primär nicht im Sinne einer Schuldzuweisung interpretiert werden sollte.

² Bei akuten Symptomen liegt das psychische Thema meist nicht länger als ein bis zwei Tage oder Stunden zurück. Bei chronischen Erkrankungen ist auch das Thema «chronisch».

³ Hier wird deutlich das sich chronische Themen natürlich auch zu akuten wandeln können, deren Ursprung aber in unbearbeiteten «alten» Themen liegt (Zeitqualität).

⁴ Siehe Segmentkurse

Ebene 1 und 2 nicht unbedingt bedeutet, dass der Klient geheilt, also «heil» ist. Dies sollte man sich immer vor Augen halten besonders bei den erwähnten Rezidivneigungen. Hierzu ein kurzes für mich beeindruckendes Fallbeispiel, wenn es auch nicht primär die HWS betraf.

Ein Klient fand sich wegen eines Bandscheibenvorfalles L5/S1 bei mir in der Praxis ein. Die Beschwerden bestanden seit etwa einem Jahr, in dem auch immer wieder mit kurzfristigem Erfolg behandelt worden war. In der Zwischenzeit traten auch Beschwerden in der Brustwirbelsäule und Halswirbelsäule auf, die in solchen Fällen bekanntlich mit der Zeit gerne mitreagieren. Ich entschloss mich die «Sache» gleich konstitutionell anzugehen, da ja eine therapeutische Vorgeschichte im Sinne verschiedener Behandlungen bestanden hatte.

Nach der Anamnese, die auch die Erstellung eines durch die Geburtszeit erweiterten Charts beinhaltete⁵, begann ich einen konstitutionell wirksamen (!) Punkt, eigentlich mehr zum Testen, zu geben. Sofort reagierte der Klient mit kaltem Schweiß und Zunahme der Beschwerden im LWS-Bereich, die aber nach etwa 10 Minuten besser wurde⁶. Danach trat, auch zu meiner Überraschung, eine deutliche Beschwerdeverbesserung (ca. 90%) ein⁷.

Die folgenden Behandlungen richtete ich ausschließlich auf die Konstitutionsbehandlung und die Besprechung des damit verbundenen Auftrages aus. Aktuell ist der Klient noch in Behandlung. Die Beschwerden treten aber nur noch vereinzelt auf. Natürlich muss dem physischen Heilungsprozess im Sinne des Faktors Zeit Rechnung getragen werden, aber es zeigt doch, dass wir besonders in zu Rezidiven neigenden Fällen, auch an diese Ebene denken können.

Zusammenfassung

Fassen wir zusammen, so zeigt sich dass wir mit dem Klienten die Themen, die oben dargestellt sind, besprechen können. Jedoch und das sollte uns bewusst sein, versteckt sich hinter diesen Themen ebenfalls ein Auslöser. Weshalb kann ich mit «Druck» nicht umgehen, wieso habe ich nicht die Kraft «aufrecht» durchs Leben zu gehen, oder weshalb ist mein Leben so aus dem Lot geraten. Nur wenn wir hier weiter fragen, können wir an die «Ursache» kommen. Denn es wird nicht genügen festzustellen, dass ich enormen Stress habe und unter diesem Druck meine Bandscheibe nachgegeben hat. Dies ist zu

oberflächlich und der Klient weiß das in der Regel selbst. Die nächste Frage sollte deshalb hier sein, weshalb ich nicht mit dem Stress umgehen kann, usw. Oft hilft uns hier der Verursacher weiter. Denn angenommen wir haben den Dickdarm, kann es sein, dass hier Perfektionismus, Pedanterie, Geiz oder Schuldgefühle dahinter sitzen. Treffen wir mit der Therapie des Verursacher nicht den Kern der Problematik, dann kann uns eventuell das Wissen über die Konstitution weiterhelfen.

Auf der psychosomatischen Ebene weisen HWS-Beschwerden auf im Denken und in der Wahrnehmung fixierte, zu Unbeweglichkeit führenden Verhaltensmustern. Mag sein, dass diese psychosomatische Reaktion auch ein Ausdruck des kollektiven Verhaltens der Gesellschaft ist. Wir werden von der Verwirklichung unseres eigenen Wesens dadurch abgehalten, dass wir zu «Verbrauchern» degradiert werden. Sowohl im materiellen als auch im psychischen Bereich! Hier sagt uns die Werbung was wir brauchen und, dass wir uns jetzt auch noch einen Urlaub verdient haben, und dort sagt uns das Internet, was wir denken sollen. Wie wollen wir uns selbst finden, wenn wir immer weiter in die Ferne reisen? Wie sollen wir Denken lernen, wenn wir unreflektiert Informationen teilen?

Wir können als Therapeut immer nur begleitend tätig sein, aber oft helfen unsere Behandlung und unsere Fragen dem Klienten mehr über sich selbst zu reflektieren. Das Konzept der APM Radloff hilft uns hier klar und strukturiert vorzugehen und auch selbst klarer und bewusster zu werden⁸. Aber um selbst richtig zu «schauen», muss der Klient den Kopf bewegen können...

Literatur

Bayerlein, Vorgehensweise bei der Therapie der Konstitution nach dem Radloff Konzept,

Bayerlein Selbst 2021

R. Dahlke, Krankheit als Symbol, Bertelsmann 2014

R. Dahlke, Lebenskrisen als Entwicklungschancen, Bertelsmann 1995

T. Dethlefsen, Krankheit als Weg, Bertelsmann 1983

G. Kubierna / F. Ramakers, Bestzeitakupunktur-Chronoakupunktur, Maudrich 2002

R.L. Wing, Arbeitsbuch zum IGING, Dietrich 1986

⁵ Aktuelle Erweiterung meiner Konstitutionstherapie.

⁶ Schmerz-Blinklicht

⁷ Es soll hier nicht der Eindruck erweckt werden, dass es immer so spontane Reaktionen gibt!

⁸ Ich bin der Meinung, dass die APM und die Auseinandersetzung mit der CM auch uns Therapeuten dabei helfen kann eigenen Entwicklungs- und Bewusstseinsimpulse zu erhalten.

Verbandsinformationen

Infos an unsere Mitglieder

Verbandskurse:

Alle aktuellen Verbandskurse findest Du auf unserer Homepage



Deine aktuelle Adresse:

Bitte gebe uns Deine aktuellste Privat-/Praxis- sowie E-Mail-Adresse an.

Pensionskasse:

Ab 1. Januar 2020 können sich die Mitglieder des Berufsverbandes APM Radloff sowie deren Arbeitnehmer als **selbstständig Erwerbende** der beruflichen Vorsorge anschliessen. Es stehen zurzeit über 5 Vorsorgepläne zur Auswahl. Der Erstkontakt findet über die Geschäftsstelle statt.

Betriebshaftpflichtversicherung:

Wir haben für CHF 110.-/Jahr eine sehr günstige Betriebshaftpflichtversicherung. Die gesamte Betreuung erfolgt durch die Geschäftsstelle.

Praxissoftware:

Mit der Tarif590 konformen Online-Praxisverwaltung von healthapp.ch hast Du als Mitglied exklusiv einen Rabatt von 20 %, auch auf Kurse.

Mitgliederseite:

Auf www.apmradloff.ch kannst Du zusätzliche interne Informationen abrufen.



Therapeutenliste:

Jedes Aktivmitglied kann mit seinem schriftlichen

Einverständnis seine Praxisadresse öffentlich zugänglich machen. Es gibt 3 verschiedene Gliederungen:

- B - Mitglieder: In Ausbildung der APM Radloff-Methode
 - A - Mitglieder: Abschluss einer APM-Methode ohne/mit KT-BZ oder KT-Diplom
 - A+ - Mitglieder: Erfüllung der QS-Richtlinien
- Der genaue Beschrieb sowie die Anmeldung sind auf unserer Homepage zu finden.

E-Mail:

Der interne Newsletter sowie die Kurzinformationen und Umfragen werden einzig über das E-Mail versandt. Darum ist es wichtig, dass wir Deine E-Mail-Adresse haben.

Rechnungen:

Um Versandkosten und Gebühren zu sparen sowie einen Beitrag an die Umwelt zu leisten sind wir froh, wenn wir unsere Rechnungen per E-Mail versenden können und das E-Banking benutzt wird.

Infos an unsere Klienten

- Auf der Therapeutenliste vom Berufsverband APM Radloff finden Sie unsere Therapeuten in Ihrer Nähe. Zu finden auf www.apm-radloff.ch unter «Für KlientenTherapeutensuche» oder nehmen Sie Kontakt mit der Geschäftsstelle auf.
- Unsere APM-Therapeuten sind Krankenkassen anerkannt mit der entsprechenden Zusatzversicherung. Fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse wie viel Vergütung sie für ihren Therapeuten bekommen.



Für alle Belange ist unsere Geschäftsstelle sehr gerne erreichbar:

APM Radloff Verband - Geschäftsstelle: Peter Mégel

Weinsteig 61, CH 8200 Schaffhausen, info@apm-radloff.ch, +41 71 298 40 26

Impressum

Radloff Magazin – Informationen zur APM Therapie Radloff und zur Energetisch Chinesischen Medizin
Abo-Preis CHF 30.-/Jahr (2 x Ausgaben) - ISSN Nr. 2504-1770

Geschäftsstelle: Peter Mégel, Weinsteig 61, 8200 Schaffhausen, +41 71 298 40 26, info@apm-radloff.ch

Redaktion: Peter Mégel, Peter Jeker, Claudia Coulin

Gestaltung: Nanodesign, Schaffhausen

Koordination / Produktion / Inserate: Geschäftsstelle APM Radloff

Herausgeber: APM Radloff - Berufsverband der APM Therapeuten
Weinsteig 61, 8200 Schaffhausen, info@apm-radloff.ch, www.apm-radloff.ch



APM Radloff
Berufsverband der APM Therapeuten

ENERCETICA®

ENERGETISCH-LEITFÄHIGE KÖRPER- UND MASSAGECREME

LEITET



- * Narbenentstörung
- * Anwendung in der TCM-Praxis, Physiotherapie
- * Selbstbehandlung zur Förderung des Energieflusses

GLEITET



- * Massagen und energetische Therapien
- * Reflexzonen-/Baby-/Atem-/Gua-sha-/Schröpfmassage

PFLEGT



- * Narben
- * bei Schwangerschaft
- * Körper- und Gesichtshaut (ersetzt Körpercrème/lotion)

TIPP:

- * **Saubere Hände: mit energetisch-leitfähigem DuschBad**

Verkauf:

www.enercetica.ch

Verkaufstellen:

Enercetica GmbH CH-5636 Benzenschwil +41 (0) 56 664 76 06

Deutschland +49 (0) 7959-1442 / Österreich: +43 (0) 662-83 00 81

Lehrinstitut Radloff AG , (kann im Lehrinstitut vor Ort gekauft werden)

Unsere aktuellen Verbandskurse

Best Practice – Supervision für Therapeuten (Gruppenkurse)

Eine gute Handlungsgrundlage baut auf Wissen, Anwendung, Beobachtung, Reflexion und Evaluation auf. In einer Gruppen-Supervision kombinieren wir all diese Elemente und lernen ganz gezielt voneinander. Wir profitieren voneinander, indem wir für uns neue Sichtweisen kennen- und anwenden lernen. Dadurch werden unser Bewusstsein und das aufmerksame Arbeiten als Therapeutin geschärft. Unsere Arbeitsschritte und der Prozess werden klarer und effizienter.



Kursdatum

Kurs mit 3 Stunden am 26.10.2022

Kurs mit 6 Stunden am 19.11.2022

Anmeldung und weitere Infos auf
www.apm-radloff.ch/verbandskurse
oder über unsere Geschäftsstelle



APM Radloff

Berufsverband der APM Therapeuten

APM Radloff – Berufsverband
der APM Therapeuten
info@apm-radloff.ch / 071 298 40 26