

Die ganze Breite

Ganzheitliche Schmerztherapie

Schmerzen verändern Körper, Seele und das Eingebettetsein eines Menschen in die Gesellschaft. Eine ganzheitliche Schmerztherapie muss dies berücksichtigen; zudem sollte sie auf die Konstitution eines Patienten abgestimmt werden.

Jürg Lendenmann



Dr. med. Hans P. Ogal, Facharzt für Anästhesiologie, Interventionelle und Spezielle Schmerztherapie und Akupunktur/TCM, Spezialist für Schädelakupunktur nach Yamamoto, ist Mitglied des Teams der Paramed in Baar.

«Schmerz sollte immer ganzheitlich behandelt werden», sagt Dr. med. Hans P. Ogal, der sich als Schul- und Komplementärmediziner auf die Behandlung von Schmerzerkrankungen spezialisiert hat. «Denn jeder Schmerz, den ich körperlich empfinde, ist auch ein Schmerz, der psychisch verarbeitet wird und der von meiner bisherigen Erfahrung mit Schmerzen mitgeprägt wird.» Zur Prägung würden nicht nur die eigenen Schmerzerfahrungen gehören, sondern auch das Eingebettetsein in ein bestimmtes kulturelles Umfeld. So werde beispielsweise in der Schweiz versucht, Schmerzen zu ertragen, in südlichen Ländern hingegen würden Schmerzen ausgelebt. Im arabischen Raum etwa

genössen jene Frauen, die bei der Entbindung die grössten Schmerzen haben, das höchste Ansehen bei ihren Gatten.

Schmerz kann sehr schnell chronisch werden

«Andauernder Schmerz kann das Nervensystem verändern, sodass es «überempfindlich» wird», erklärt der Schmerzspezialist. «War man noch vor einigen Jahren der Ansicht, für diese Veränderung brauche es einen Zeitraum von zwei Monaten, zeigen neueste Forschungen, dass sich die Bereitschaft zum Chronischwerden des Schmerzes schon nach zwei Stunden zeigen kann.» Da Überempfindlichkeiten an den verschiedensten Orten im Nervensystem entste-

hen können, sei es wichtig, bei Schmerzen schnell zu handeln, damit der Schmerz nicht chronisch werde. Das von der Weltgesundheitsorganisation WHO empfohlene Stufenschema zur Behandlung des Schmerzes müsse dabei auf die Bedürfnisse des Patienten abgestimmt werden. Dr. Ogal: «Wir können zudem versuchen, bestimmte pharmazeutische Präparate durch pflanzliche wie Blätter der Schwarzen Johannisbeere oder Teufelskralle zu ersetzen oder durch orthomolekulare Substanzen wie Phenylalanin. Wir können auch probieren, die Nebenwirkungen beispielsweise von Opioiden zu lindern – etwa die Verstopfung mit Enzymen, Magnesium oder Akupunktur.»

Ebenso könnten komplementärmedizinische Methoden herangezogen werden, um die Psyche zu beeinflussen, «denn Faktoren wie Schlaflosigkeit, Sorgen, Angst, Traurigkeit, Introversion, Depression, soziale Abhängigkeit (auch vom Arzt), Langeweile und Isolation haben einen wichtigen Einfluss auf das Schmerzempfinden».

Alle Möglichkeiten nutzen

Es müssten alle Verfahren genutzt werden, mit denen Schmerzgeschehen an den verschiedenen Regulationsstellen

Fortsetzung auf Seite 22



Wichtige Verfahren für eine ganzheitliche Schmerztherapie

- Medikamentöse Therapie
- Injektionstherapien, wie Therapeutische Lokalanästhesie, Regionalanästhesien
- Phytotherapie (Pflanzenheilkunde)
- Neuraltherapie nach Huneke, Störfeldsuche und -behandlung
- Akupunktur (Körper-, Ohr-, Schädel-, Mundakupunktur)
- Entspannungsverfahren (Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Meditation, Yoga, Hypnose, Biofeedback, Qigong, Taijiquan, Körpertherapiemethoden)
- Manuelle Therapien wie Physiotherapie, Osteopathie u. a.
- Symbioselenkung des Darms (Darmsanierung)
- Homöopathie
- Orthomolekulare Therapie
- Enzymtherapie
- Ausleitende Verfahren (häufig mit Blutegeln; Aderlass, Schröpfen)
- Physikalische Therapie (Wärme-, Kälteanwendung)
- Säure-Basen-Ausgleich

Fortsetzung von Seite 21

beeinflusst werden können. «Setze ich beispielsweise mit einem Akupunkturverfahren am Kopf gezielte Gegenreize, wird der Schmerz zum Beispiel am Rücken gehemmt und gar nicht mehr bis zum Gehirn durchgeschaltet», erklärt Dr. Ogal. Auch Hypnoseverfahren würden sich in der Schmerztherapie sehr gut eignen, da durch sie der Schmerz für den Patienten eine andere Bedeutung bekomme. «Eine Patientin beschrieb dies mit den Worten: «Der Schmerz ist nicht weg, doch ich gehe jetzt anders damit um, ich kann ihn anders bewerten.»»

Bild: © WavebreakmediaMicro, Fotolia.com

«Ein Indianer kennt keinen Schmerz!»

Bei Muskel- und Gelenkschmerzen

- schmerzlindernd
- entzündungshemmend
- abschwellend



Kytta Salbe
mit Wallwurz-
Extrakt

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage!
Erhältlich in Apotheken und Drogerien.
Iromedica AG, 9014 St. Gallen

Jeder Mensch hat seine Konstitution

«Was im komplementärmedizinischen Bereich wichtig ist», sagt Dr. Ogal, «ist das konstitutionelle Herangehen. Jeder Mensch hat bestimmte Erbanlagen und Kräfte – seine Konstitution. In dieses «Gefäss» gelangen im Laufe des Lebens Faktoren, die den Organismus belasten.» Dies könnten unter anderem körperliche und psychische Verletzungen, Unfälle, Traumata, ungesundes Verhalten wie Rauchen und Trinken, ungesunde Ernährung, eine durch Antibiotika veränderte Darmflora sein. Je nach individueller Grösse des Gefässes dauere es verschieden lange, bis es voll sei. «Etwas Geringfügiges wie ein Umzug oder eine körperlich oder psychisch belastende Situation kann es dann zum Überlaufen bringen und Krankheitsbeschwerden auslösen.» Diese seien wiederum von der Konstitution abhängig: Die einen Menschen würden zu Rückenschmerzen neigen, andere zu Rheuma, andere zu Migräne, wiederum andere zu Krankheiten wie Krebs oder Depressionen.

Schmerzen müssten einerseits schnell behandelt werden, damit sie nicht chronisch werden. Andererseits sei es die Aufgabe der Komplementärmedizin, die Störfaktoren zu erkennen, die sich im Organismus angesammelt haben, um diese soweit wie möglich ausräumen zu

können. Denn wenn der Spiegel im «Gefäss» sinke, gingen auch die Symptome zurück und bleiben weg.

Das Beste für meine Patienten

«Es gibt keine vernünftigen Gründe dafür, wieso heute so viele Mediziner immer noch gegen die Komplementärmedizin sind», sagt Dr. Ogal. Es könne aber sein, dass sie keine Verantwortung übernehmen wollen, aus einer Vielzahl möglicher Therapien die für einen Patienten individuell erfolgversprechende Kombination auszuwählen. «Sitzt der Patient vor mir, muss ich mich für eine oder mehrere Methoden (s. Kasten) entscheiden, und ich muss dafür geradestehen.»

Was wirkt, hängt von der Konstitution ab

«Das Konstitutionsmodell erklärt auch, warum nicht alle Therapien bei allen Patienten gleich wirken», sagt der Spezialist. «Das gilt nicht nur für Medikamente der Schulmedizin, sondern auch für komplementärmedizinische Methoden: Manche Patienten sprechen gut auf Homöopathie an, andere auf Akupunktur, Pflanzenheilkunde, Störfeldbehandlungen, Darmsanierungen usw. Unsere Aufgabe der Zukunft ist es, möglichst schnell herauszufinden, welcher Patient auf welches Verfahren anspricht.»

Tipps

Um gesund zu bleiben und Schmerzen vorzubeugen, empfiehlt Dr. med. Hans P. Ogal:

- Vermeide kalte Füsse.
- Vermeide kalte Rücken-/Nierenregionen.
- Bemühe dich um eine gerade Körperhaltung.
- Vermeide Zuckerersatzstoffe, Weissmehl- und Weisszuckerprodukte.
- Vermeide Langeweile.
- Habe Freude am Leben und an der Arbeit.
- Lebe ein erfülltes, sinnvolles, zielgerichtetes Leben.
- Wichtig für ein glückliches Leben bis zum Lebensende sind zwei Dinge: Demut sowie sich und anderen verzeihen können.

Druckgefühl im Kopf?
Verstopfte Nase?



NEU!

PREVALINTM NASODREN[®]

BEI AKUTER UND CHRONISCHER
RHINOSINUSITIS

- Lindert Beschwerden ab der ersten Anwendung
- Einmal täglich anwenden



www.nasodren.ch

PREVALIN NASODREN[®]
ist in Apotheken und Drogerien erhältlich.
Interdelta SA | 1762 Givisiez | www.interdelta.ch