

# Pull the Trigger

Ein Beitrag  
von  
Roland  
Tennie  
Heilpraktiker



Schmerztherapie und Erkrankungen des Bewegungsapparates mittels der Triggerpunktbehandlung.

Ein myofaszialer Triggerpunkt zeigt sich als eine druckschmerzhafte Verhärtung in einem seilartig angespannten Strang von Muskelfasern, die bei Reizung zu einer für den betroffenen Muskel typischen Schmerzausstrahlung in andere Körperregionen sowie zu vegetativen Symptomen führt. So kann z. B. ein Triggerpunkt in einem Schultermuskel einen Tennisellenbogen auslösen.

Studien ergaben, dass bei chronischen Schmerzen in 85% der untersuchten Fälle Triggerpunkte zumindest mitverantwortlich sind. Das bedeutet, dass vollständige Schmerzfreiheit nur erreicht werden kann, wenn die Triggerpunkte mit anderen Therapien zusammen aufgelöst werden.

## Triggerpunktspezifische Symptome

- Seilartig angespannte Muskelfaserstränge
- Bei Druckausübung sind diese Punkte schmerzempfindlich und zeigen Ausstrahlungen in andere Regionen.
- Aktives und passives Dehnen des Muskels ist schmerzhaft eingeschränkt
- Zuckung der Muskelfaser
- Ein Muskel mit TP hat eine geringe Ausdauer und ermüdet schnell
- Der Bewegungsumfang des Gelenkes kann eingeschränkt sein
- Bei Kontraktion kann der Muskel überreagieren, er kann eine deutlich stärkere Anspannung als normal aufweisen
- Parästhesien (Ameisenlaufen)

- Druckempfindliches Gewebe
- Vegetativ: Schwitzen, Schleimhautabsonderungen, Tränensekretion, Gefäßverengung, gestörtes Wärme / Kälte - Empfinden
- Schwindel
- Tinnitus

## Allgemeine Wirkungen der Triggerpunkttherapie

- Verringerung / Beseitigung von myofaszialem Schmerz
- Wiederherstellung der physiologischen Funktion von Muskel und Bindegewebe
- Verbesserung der Blut- und Lymphdrainage
- Verbesserung von Haltungs- und Bewegungsmustern
- Positive Wirkung auf die Psyche des Patienten, insbesondere auch auf unbewusste emotionale Prozesse, die zu erhöhter Muskelspannung geführt haben
- Reflektorische Beeinflussung innerer Organe

## Behandlung der Triggerpunkte

Durch spezielle Techniken können Triggerpunkte aufgelöst werden. Durch eine biochemische Reaktion des Körpers werden hierbei Enzyme ausgeschüttet, die den Rückbau in gesundes Muskelgewebe veranlassen.

Hierzu habe ich eine gezielte Injektionstherapie entwickelt, die es mir erlaubt die gestauten Triggerpunkte zu lösen. Sollte eine Injektion vermieden werden, kann eine Bestrahlung mit

einem Laser oder modernster Farbfiltren in Betracht kommen.

Der Erfolg dieser Behandlung löst sehr viele Blockaden im Körper und nützt neben einer möglichen Schmerzentlastung auch der Entstörung innerer Organe. Der Körper ist immer als ganzes zu sehen und auch dementsprechend zu behandeln.

*Mehr Infos unter:*

*Tel.: 0201-49 01 452*

Chronische  
Schmerzen

zu 85%

durch

übersäuerte

Triggerpunkte

verursacht