

Wenn Beschwerden immer wiederkommen

Kennen Sie das: Kopfschmerzen oder Migräne kommen in regelmäßigen Abständen wieder? Rückenschmerzen werden nach osteopathischer Behandlung besser, eine ganze Weile sind Sie beschwerdefrei, und dann geht es irgendwann doch wieder los? Oder beim Sport: Nach einigen Kilometern Laufen treten immer wieder die gleichen Probleme im Fuß oder im Knie auf? Störungen der Konzentration, die Sie früher nicht hatten? Verdauungsstörungen, Unverträglichkeiten, die bei Auslassdiät besser werden, aber irgendwie fühlen Sie sich nicht so richtig fit? Stimmungsschwankungen, Ängste und Sorgen, die eigentlich gar nicht nachvollziehbar sind?

Jedes Problem hat eine Ursache

Auf den ersten Blick sind das Symptome, die man sich „nicht so richtig erklären kann“. Irgendwie scheint es keine rechte Ursache zu geben. In Wahrheit gibt es natürlich für jedes Problem eine Ursache. Die Gründe für solche merkwürdigen wiederkehrenden Probleme können mitunter allerdings so lange zurückliegen, dass Sie einfach nicht mehr daran denken. Alte, längst verheilte Verletzungen zum Beispiel.

Jede Verletzung führt zu einem bestimmten Abwehrmuster in der Muskulatur. Stellen Sie sich den berühmten Griff auf die heiße Herdplatte vor: ein plötzlicher Schmerz, eine Schreckreaktion und ein automatischer Rückzug des Arms. In der Regel passiert Ihnen das nur einmal im Leben. Warum? – Der Körper lernt, automatisch zu reagieren. Bewegungsmuster werden abgespeichert, also in den Gehirnstrukturen abgelegt. Wir sprechen von Gedächtnis. So wie Sie Vokabeln lernen, lernt Ihr Körper auch Bewegungsmuster. Genauer gesagt werden diese im Gehirn gespeichert und bei Bedarf abgerufen und in Muskelaktivität umgewandelt. So ist das beim Laufen, Tanzen oder im Sport. Völlig normal und alltäglich.

Fehlspeicherungen im Gehirn führen zu Fehlinterpretationen des Körpers

Und genauso werden auch Abwehrmuster im Körper gespeichert. In manchen Fällen, je nach Schwere der Verletzung und vor allem dem damit ja oft verbundenen Angstniveau, bleiben diese Muster auf einem erhöhten Erregungsniveau stecken. Das heißt: Bei kleinsten, alltäglichen Auslösern wird genau diese Verletzungsreaktion auf körperlicher und mentaler Ebene wieder abgerufen. Und so treten Beschwerden der oben genannten Art immer wieder auf. Die moderne Neurobiologie und Psychologie kennen diese Zusammenhänge auch – hier spricht man von Embodiment.

Obwohl eigentlich längst verheilt, können alte Verletzungen im Nervensystem immer noch abgespeichert sein und falsche Bewegungsmuster hervorrufen.

Die Applied Kinesiology oder funktionelle Muskeldiagnostik kann solche Störmuster über die Analyse der Körperhaltung und durch Muskelfunktionsuntersuchungen aufspüren und mithilfe einer speziellen Technik, der Injury-Recall-Technique, behandeln und manchmal sogar auflösen.

Die Injury-Recall-Technique

Diese Technik stellt einen Sonderbereich der Behandlung von Funktionsstörungen mit Applied Kinesiology dar und geht in ihrer ursprünglichen Form auf den amerikanischen Chiropraktiker Walther Schmitt (D.C.) zurück. Sie wurde durch zwei deutsche Ärzte (Dr. Dieter Becker und Dr. Martin Brunck) zu einem komplexen Behandlungsweg weiterentwickelt, mit dem verschiedene Aspekte von alten Verletzungsmustern und Traumata effektiv aufgelöst werden können.

Grundlage der Injury-Recall-Technique ist die Beobachtung, dass viele Patienten nach einer Verletzung, Operation oder Erkrankung nicht wieder die volle Leistungsfähigkeit erlangen. Offenbar speichert unser Körper vielfach solche negativen Erlebnisse ab; eine Verletzung kann dauerhaft in der Körpererinnerung fortbestehen und zu Störungen führen, die vordergründig überhaupt nicht zur Verletzungsregion in Beziehung zu stehen scheinen.

Neurologisch gesehen ist die Verletzung – in Form der Körpererinnerung – bei diesen Patienten immer noch gegenwärtig, wenn auch im Hintergrund (weshalb die ehemals verletzte Region selbst häufig auch gar nicht über Schmerz in Erscheinung tritt). Typisch ist zum Beispiel die Empfindlichkeit von Operationsnarben gegenüber Be-

Operationen sollen innere Beschwerden beheben. Nicht selten können sie aber neue Beschwerden verursachen – denn eine Operation bedeutet immer auch eine Verletzung des Organismus.

rührungen oder das Neigen zu erneuten Verletzungen. Ausgelöst wird diese neurologische Fehlinformation durch immer wieder aus der ursprünglichen Verletzungsregion aktivierte Fluchreflexe. Dies führt zu wiederkehrenden

Muskelfehlfunktionen, die beispielsweise zu einer mangelnden Wirbel-, Becken- oder Gelenkstabilität beitragen, wodurch dann auch die Beschwerdekompexe erklärbar werden.

Ziel der Injury-Recall-Therapie ist es folglich, die alten fehlsteuernden Abspeicherungen aufzuspüren und im Nervensystem zu überschreiben bzw. zu löschen. Die funktionellen Muskelketten können dann ihre Arbeit wieder erledigen, die Wirbel- oder Gelenkstörung ist aufgehoben. Erst danach ist der Körper wieder in der Lage, eine stabile und biomechanisch korrekte Haltung einzunehmen und auch zu behalten.

**DER AUTOR:**

Dr. med. Michael Scheer
Praxis für Gesundheitsvorsorge
und ganzheitliche Medizin

PRAXISANSCHRIFT:

Im Quinhagen 1a · 33104 Paderborn
info@doc-scheer.de · www.doc-scheer.de
Tel. 05254 9305550

· EXPERTENGESPRÄCH ·

Die funktionelle Muskeldiagnostik im Leistungssport

Sportmediziner Dr. Michael Tank im Interview



Dr. med. Michael Tank
Praxis für ganzheitliche Medizin

PRAXISANSCHRIFT:

Borsteler Chaussee 47 · 22453 Hamburg
praxisdrtank@web.de
www.tank-deutschland.de
Tel. 040 51320990

Dr. Michael Tank ist seit 1993 leitender Verbandsarzt beim Deutschen Volleyball-Verband (DVV) für Beachvolleyball. Als Mannschaftsarzt war er seitdem an zahlreichen großen Erfolgen der deutschen Beachvolleyball-Nationalteams beteiligt. Zuletzt war Dr. Tank dabei, als im Sommer 2016 die Beachvolleyball-Damen Olympia-Gold nach Hause brachten.

Herr Dr. Tank, Sie sind Inhaber einer Arztpraxis für ganzheitliche Medizin. Was fasst dieser Begriff zusammen? Was bedeutet für Sie „ganzheitliche Medizin“?

Ganzheitlich bedeutet für mich, dass ich mich nicht damit zufrieden gebe, Symptome zu behandeln, sondern versuche, den Ursachen von Beschwerden auf den Grund zu gehen. Die Möglichkeiten z.B. der Applied Kinesiology helfen mir dabei, Zusammenhänge darzustellen, für die es nach schulmedizinischer Lehrmei-

nung keine Diagnostikmethode gibt. Als Beispiel mag der Schulterschmerz mit Funktionsstörung stehen, der durch einen nicht schmerzhaften Zahnherd ausgelöst wird. Da zeigt ein MRT möglicherweise eine Entzündung. Die ist aber, anders als die landläufige Meinung es darstellt, nicht Ursache – sondern Folge eines ganz anderen Problems. Nur mit ganzheitlicher Betrachtungsweise und den AK-Tests lässt sich der Zusammenhang beweisen. Und nur mit korrekter Diagnose kann auch eine zielgerichtete ursächliche Therapie erfolgen.