

Akute und chronische Schmerzen sind der häufigste Grund, warum Menschen Ärzte aufsuchen. Und doch wird häufig keine primäre Ursache gefunden. Gerade die so verbreiteten Rückenschmerzen werden oft als „unspezifischer Rückenschmerz“ eingestuft, und mit unterschiedlichen Möglichkeiten wird dann versucht, den Schmerz zu unterdrücken.

Vorrangig werden Medikamente, Spritzen und zunehmend eine sogenannte Multimodale Schmerztherapie eingeleitet, dies allerdings erst, wenn der Schmerz chronisch geworden ist.

Wir wählen einen anderen Ansatz. Gemäß unserem gesundheitlichen Grundmodell, der Triad of Health, suchen wir nach den Ursachen für die Schmerzen. Wie lange die Schmerzen schon andauern, ist für diese Untersuchung unerheblich.

Je früher Sie zur Behandlung kommen, desto weniger Chancen hat der Schmerz, Ihr Leben zu beeinflussen.



## Kontakt

Dr. med. Michael Scheer  
Facharzt für Allgemeinmedizin

Im Quinhagen 1a  
33104 Paderborn

Fon 05254 9305550  
Fax 05254 9305551

Mail [info@doc-scheer.de](mailto:info@doc-scheer.de)  
Web [www.doc-scheer.de](http://www.doc-scheer.de)



PATIENTENINFORMATION

**Integrative  
Schmerzmedizin**

## Struktur, Chemie, Psyche: Mögliche Ursachen für Schmerzen

Die Ursachen für Schmerzen können auf der **strukturellen Seite** des Organismus, das heißt, im Bewegungssystem und der neurologischen Steuerung der Muskeln, liegen. Häufig sind lange zurückliegende Verletzungen und daraus resultierende Störmuster in der neurologischen Ansteuerung der Muskeln die Ursache. Das können schwere Verletzungen sein, manchmal sind es auch kleine Irritationen, an die Sie sich gar nicht erinnern. Diese Störmuster können aber mithilfe der Funktionellen Muskeldiagnostik aufgespürt und dann gezielt behandelt werden.

Manchmal liegen der Störung im Bewegungssystem auch **biochemische Ursachen** zugrunde. Das kann beispielsweise eine Störung der Schilddrüsenfunktion sein oder ein Mangel an Mikronährstoffen wie Magnesium oder Vitamin D, eine Unverträglichkeit oder eine andere Funktionsstörung des Darms oder – oder – oder. Auch diese biochemischen Störungen lassen sich mithilfe einer gründlichen Untersuchung der Muskelfunktionen einkreisen. Möglicherweise sind dann auch gezielte Laboruntersuchungen hilfreich.

Oftmals liegen Schmerzen auch **emotionale Ursachen** zugrunde. Alte Traumata, also Verletzungen auf emotionaler Ebene, egal, wie stark sie ausgeprägt sind, können Ursache und Auslöser für chronische Schmerzen sein. Was auch immer wir finden: In der Regel lässt sich ein Schmerzproblem auch von der psychischen Seite mit behandeln.

## Untersuchung des vegetativen Nervensystems

Neben der neuromuskulären Analyse untersuchen wir bei chronischen oder wiederkehrenden Schmerzen grundsätzlich auch das vegetative Nervensystem, indem wir die Herzratenvariabilität messen. Das vegetative Nervensystem steuert alle Organfunktionen, unter anderem auch die Muskelaktivität. Außerdem haben wir die Möglichkeit, die elektrische Aktivität des Nerv-Muskel-Systems und die Anspannungskraft der Muskeln mittels Elektromyografie (EMG) zu messen.



*Die Akupunktur kann, je nach konkreten Symptomen, einen guten Beitrag zur Behandlung von Schmerzen leisten.*

Erst nach dieser exakten Analyse erfolgt eine zielgerichtete Behandlung. Sollten sich Verletzungsmuster finden, werden diese zuerst behandelt. Im nächsten Schritt werden die übrigen Probleme Schritt für Schritt abgearbeitet. Wie lange das dauert, hängt von der Komplexität Ihrer individuellen Ursachen ab. In der Regel wissen wir nach spätestens zwei bis drei Behandlungen, ob wir auf dem richtigen Weg sind.

## Welche Methoden kommen in der Behandlung zum Einsatz?

Um ein neurologisches Störmuster, welches durch eine alte Verletzung zustande kommt, zu behandeln, braucht es unterschiedliche Techniken. Diese kommen aus den Bereichen der **Akupunktur, Osteopathie und funktionellen Neurologie**.

Letztlich geht es darum, das störende, ungesunde Muster zu durchbrechen. Dazu wird in der ärztlichen Behandlung dieses Muster gezielt aktiviert, indem beispielsweise die gestörte Zone leicht gereizt wird und dann sozusagen neue Informationen gegeben werden, die in Interferenz zur alten Information stehen.

Durch verschiedene Reset- und „Verwirr“-Techniken wird das Störmuster aufgelöst. Das funktioniert ähnlich wie Lernprozesse: Altes vergessen wir durch Lernen von Neuem. Und so lernt das Nervensystem durch Interferenz und Reset ein neues, gesundes Muster. Das alte, störende Muster geht mehr und mehr verloren.

Zur symptomatischen Behandlung der Schmerzen arbeiten wir mit Techniken der Osteopathie und der Akupunktur. Ergänzend bekommen Sie bei vielen muskulären Schmerzsymptomen einen speziellen Verband mit Kinesiotape oder wir behandeln mit spezieller Wärmestrahlung oder Elektrophysiotherapie (TENS). Manchmal ist ergänzend eine Physiotherapie sinnvoll.

## Weitere Behandlungen nach Bedarf

Sollten biochemische Störungen vorhanden sein, richtet sich die Behandlung nach der Störung. Das kann eine Behandlung des Bauchraums oder Darms sein, die Gabe von Mikronährstoffen, bei Unverträglichkeiten entsprechende Auslassdiäten oder eine Fastenkur nach den Kriterien der Modernen Mayr-Medizin. Bei emotionalen Störungen arbeiten wir im Kern mit der Prozess- und Embodimentfokussierten Psychologie (PEP), hypnotischen Techniken und Entspannungsverfahren aus der Mind-Body-Medizin.

## Unser Ziel: Ihre Unabhängigkeit von Arzt oder Therapeut

Immer ist es unser Ziel, Ihnen durch bestimmte Übungen, die Sie zu Hause machen können, oder Veränderungen in Ihrem Lebensstil ein hohes Maß an Selbstwirksamkeit zu vermitteln. So werden Sie möglichst schnell unabhängig von Ärzten und Therapeuten.

“ Wir finden, niemand sollte dauerhaft abhängig von Ärzten oder Therapeuten sein.

Eine dauerhafte Betreuung „chronischer Schmerzpatienten“ entspricht nicht unserem Konzept. Wir sind überzeugt, dass Schmerzen ihren Sinn – in der Regel als eine Art Warnsignal – haben, aber grundsätzlich wieder verschwinden können. Aus der Placeboforschung wissen wir, dass der sogenannte Placeboeffekt ein hilfreiches Instrument ist, um die Selbstheilung zu aktivieren. Ihre Grundhaltung sollte also sein: Ich kann und will gesund werden.