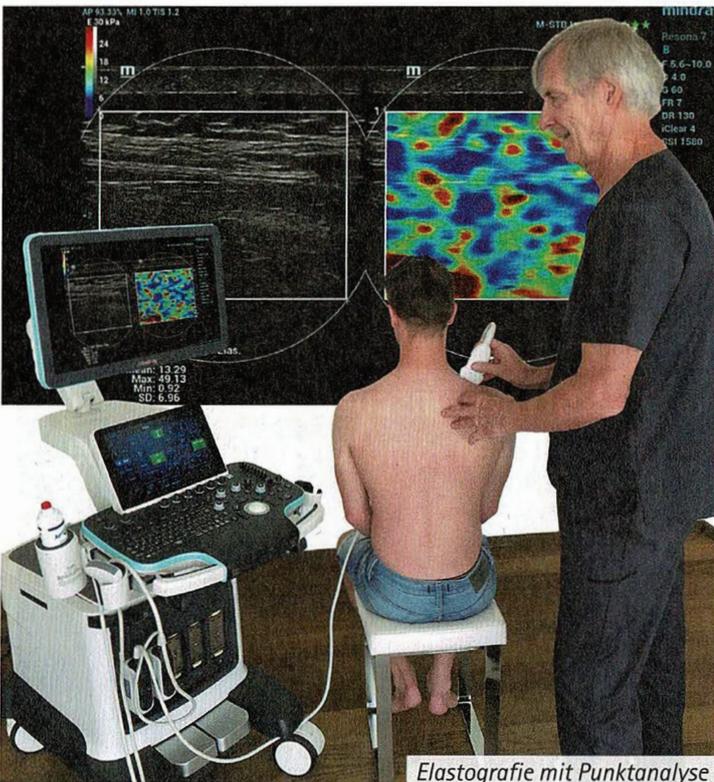


**Das myofasziale Syndrom ist häufigste Ursache von durch Triggerpunkte verursachte Schmerzen, Verspannungen, Muskelkrämpfe, Taubheit oder Kribbeln. Ärzte erkennen es nicht, weil man Triggerpunkte weder in der Kernspintomografie noch im Röntgen sieht. Dank der Ultraschall-Elastografie werden die Triggerpunkte sichtbar.**

**ULTRASCHALL-ELASTOGRAFIE:** Die Strain-Elastografie erkennt das Verteilungsmuster und die Anzahl der rot abgebildeten Triggerpunkte. Die Scherwellen-Elastografie misst zusätzlich deren Härte, wodurch eine Unterscheidung zwischen aktiven-Schmerz auslösenden- und latenten Triggerpunkten möglich werden kann.

**TRIGGERPUNKT-ENTSTEHUNG:** Latente Trigger entstehen oft durch körperliche Überlastung in der Jugend und im frühen Erwachsenenalter. Sie verkürzen und verhärteten Muskeln und Fasziën: Die Flexi-



Elastografie mit Punktanalyse

bilität der Jugend schwindet, man wird unbeweglicher. Gleichzeitig steigert sich die Konzentration von Entzündungssubstanzen (Zytokinen) und sie werden aktiv. Im Durchschnitt trifft es einen um das 45. Lebensjahr und dann helfen Massagen, Wärme und Krankengymnastik oft nicht mehr. Eine gezielte Behandlung der Trigger durch einen versierten Spezialisten ist erforderlich.

**HAUPTEIGENSCHAFT-SCHMERZÜBERTRAGUNG:** Latente Trigger reagieren auf Druck, Zug oder Kontraktion mit lokalem Schmerz. Aktive Trigger lösen zusätzlich Beschwerden an einer weiter entfernten Stelle im Körper aus. Beim Sitzen können Trigger im Gesäß Rückenschmerzen oder Ischiasbeschwerden bis hinunter in den Fuß verursachen. Behandlungen im Schmerzbereich sind dann erfolglos, weil die Ursache im Gesäß ist.

**DIAGNOSTIK:** Palpation (Ertastung) ist eine Möglichkeit, Trigger zu finden. Das erfordert aber ein hohes Maß an Erfahrung, und tief liegende Trigger erfasst man so gar nicht. Mit speziellen, fokussierten Stoßwellen, die Übertragungsschmerzen aktiver Trigger auslösen, findet man auch tiefe Trigger. Allerdings ist es zu belastend, den ganzen Körper mit Stoßwellen zu untersuchen. Die Elastografie ist dadurch die einzige wissenschaftliche Methode, die zuverlässig oberflächliche und tiefe Trigger abbildet. Der gesamte Körper kann so strahlungs- und belastungsfrei untersucht werden. In der Abbildung haben die weichen blauen Regionen eine Härte von 0,92 kPascal. Die roten aktiven Triggerpunkte hingegen sind mit maximal 49 kPascal 53-mal härter.

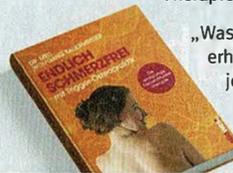
**GANZKÖRPER-THERAPIE:** Das myofasziale Syndrom betrifft den gesamten Körper und erfordert deshalb eine Ganzkörper-Diagnostik und eine Ganzkörper-Therapie. Schmerzen im Kopf-Nacken-Schulter-Bereich können von Triggern in den Beinen ebenso wie in Schultern herrühren. Umgekehrt sind „Bandscheibenbeschwerden“ im unteren Rücken ein Übertragungsschmerz von Triggern im Nacken-Schulter-, Hüft- oder Beinbereich. Eine Gewebealkalisierung zur Entzündungsreduktion, Akupunktur zur Stimulation der Endorphine (körpereigene Schmerzlöser) in Kombination mit Stoßwellen-Anwendung sind die Therapie der Wahl.

### „ENDLICH SCHMERZFREI MIT TRIGGER-OSTEOPRAKTIK“

In seinem Buch beschreibt Prof. Dr. Bauermeister, wie Sie selbst herausfinden, ob Trigger-Punkte in den Fasziën und Muskeln für Ihre Schmerzen verantwortlich sein können. Mit einer Anleitung für die Selbstbehandlung können auch Sie schon einige Schmerzprobleme durch die manuelle Therapie mit dem TRIGGOsan-Schlüssel Mono\* lindern.

„Was Sie über Schmerzen und ihre Ursachen wissen sollten“ – erhältlich bei deutscher patienten verlag gmbh und in jeder Buchhandlung.

Südwest-Verlag ISBN: 978-3-517-08958-4, 19,99 EUR (D)  
\*Bezugsquelle: www.triggosan.de Tel.: 089/42 54 28



SCHMERZINSTITUT MÜNCHEN  
Prof. Prof. h.c. Dr. med.  
Wolfgang Bauermeister  
Toni-Schmid-Str. 45  
81825 München  
Tel.: 089/42 6112  
kontakt@schmerzinstitut.de  
www.schmerzinstitut.de

Von Prof. Dr. Bauermeister  
ausgebildete Spezialisten  
für Elastografie und  
Stoßwellen-Therapie in  
Ihrer Nähe



Die Praxis am Volksgarten  
Dr. med Achim Horstmann  
Mergelstraße 47a  
46119 Oberhausen  
Tel.: 0208/6106611  
volksgartenpraxis@telemed.de

www.volksgartenpraxis.de



Praxis Dr. Klinger  
Möhrendorfer Straße 25a  
91056 Erlangen  
Tel.: 09131/459 39  
norman\_klinger@web.de

www.dr-klinger-erlangen.de



Privatpraxis für  
Physikalische Schmerztherapie  
M.Sc. Samuel Lindner, B.A.  
Plantagenstraße 3  
08371 Glauchau  
Tel.: 03763/41 78 63  
info@schmerzfrei-und-vital.de

www.schmerzfrei-und-vital.de



ZENTRUM FÜR INTEGRATIVE  
MEDIZIN BORNEMANN  
Moltkeplatz 2  
23566 Lübeck  
Tel.: 0451/798099  
mail@zfm-bornemann.de

www.zfm-bornemann.de