

MERKBLATT

„Methoden, Wirkungen und Nebenwirkungen der Chiropraktik und Physiotherapie“

Hiermit möchten wir Ihnen eine kurze Übersicht geben über die Wirkungen und Nebenwirkungen der bei uns in der Praxis angebotenen Behandlungsmethoden und Therapien.

Die Basis aller erfolgreichen Behandlungen beruhen auf einer fundierten Diagnose. Ärzte und Chiropraktoren, stellen als Medizinalpersonen, die relevanten Diagnosen bei Beschwerden im Bereich des Bewegungsapparates, auf Basis einer orthopädischen und neurologischen Untersuchung. Ergänzend können Labor, Röntgen-, MRI- oder CT-Bildgebungen hinzukommen.

Viele Beschwerden des Bewegungsapparates haben mit Fehlformen und Fehlhaltungen der Wirbelsäule zu tun. Aber auch Fehlstellungen, Blockaden und Reizzustände der Becken- und Wirbelsäulengelenke oder Bandscheibenprobleme können die Ursache sein. Die daraus resultierenden Muskelverspannungen, Schmerzen, muskulären Dysbalancen oder in Extremfällen das Syndrom der Nervenkompression, sind Ausdruck dieser vorbestehenden Dysfunktionen.

Die Chiropraktik und Physiotherapie sind bewährte, sichere und effiziente Methoden, basierend auf breiten wissenschaftlichen Studien („evidence based medicine“). Wie in den anderen medizinischen Bereichen gibt es aber keine Methoden oder Therapien ohne Nebenwirkungen!

Die folgenden Informationen sind nur eine kurze Einführung. Bei Fragen zögern Sie bitte nicht, und lassen sich durch unser Praxisteam beraten.

Chiropraktik

Der Chiropraktor setzt verschiedene manuelle Techniken ein, wenn er Blockaden eines Gelenkes behebt oder dessen eingeschränkte Beweglichkeit wiederherstellt. Bei der Manipulation bewegt er das Gelenk mit einem präzisen, fein dosierten, manuellen Impuls, ohne die physiologischen Grenzen zu überschreiten. Die blockierten Gelenkflächen werden dabei kurz getrennt. Das stellt die Beweglichkeit des Gelenkes wieder her, oder erhöht sie zumindest. Bei Fehlstellungen werden die betroffenen Strukturen in ihre natürliche bzw. physiologische Position zurückgebracht. Häufig tritt dabei ein hörbares Geräusch auf. (Knacken)

Durch die Gelenksbehandlung wird die Funktionsstörung im betroffenen Gelenk normalisiert, und vermindert damit der erhöhter Informationsfluss ins Rückenmark (Überreizung des Nervensystems). Damit, nimmt die reaktive Überreizung der betroffenen Muskulatur ab, und die Grundspannung wird wieder normalisiert. Dies wiederum verbessert die Muskelfunktion; Fehlstellungen und Fehlbelastungen nehmen ab, allfällige Reizzustände und Entzündungen gehen zurück. Allfällige Nervenkompressionen (wie z.B. beim Ischias) werden reduziert.

Das Behandlungsspektrum umfasst auch: Manuelle Traktionen, Flexions-Distraktions-Techniken, Muskel- und Faszien-Techniken, Ergonomie, Bewegungs- und physikalische Therapien.

Nebenwirkungen wie vorübergehende Steigerung der Schmerzen und Beschwerden werden von einer kleinen Anzahl der Patienten berichtet und können als Therapie-Reaktion betrachtet werden. Hierzu gehören auch Kopfschmerzen, Übelkeit, Muskel- und Gelenkschmerzen. Äusserst selten können auch ernsthaftere Komplikationen auftreten wie zum Beispiel Rippenfrakturen, Stauchungen Kompressionen oder Durchblutungsstörungen des Gehirns.

Behandlungsalternativen mit medikamentösen Behandlungen wie NSAR (Nichtsteroidale Antirheumatika) z.B. Celebrex, Voltaren, Ponstan, können auch ernsthafte Risiken wie Blutungen oder Entzündungen im Magen-Darm-Trakt verursachen. Es kann zu einer Einschränkung der Nieren- und oder Leberfunktion kommen, sowie einen negativen Einfluss auf Herz- und oder Hirngefäße haben, um nur einige Nebenwirkungen auf zu zeigen.

Physiotherapie

Überbelastungen und einseitige (berufliche) Bewegungen lösen Abnutzung und Fehlhaltungen aus. Auch Verspannungen sind häufige Folgen. Bei Schmerzen versucht der Körper eine Haltung einzunehmen, die noch erträglich erscheint. Dann schleichen sich veränderte Bewegungsabläufe und Fehlhaltungen ein. Nach Unfällen, Schlaganfällen, Operationen und Nervenschädigungen müssen mitunter gewöhnliche Bewegungen neu erlernt werden.

In der Physiotherapie wird der Bewegungsapparat gezielt gefördert. Man trainiert hier die Ausdauerleistung, die Beweglichkeit und den Muskelstoffwechsel. Regelmäßige Bewegung übt Wachstumsreize auf die Muskeln, Knochenstruktur, und Blutgefäße aus. Außerdem werden auch Muskeln gedehnt, Gelenke aktiv stabilisiert und der Knorpelstoffwechsel stimuliert.

Gezieltes Training ist besonders bei Fehlhaltungen und Haltungsschwächen zu empfehlen. Auch nach längerer Inaktivität, zum Beispiel durch Gipsverbänden, kann die abgebaute Muskulatur gezielt angesprochen werden.

Eine Physiotherapie kann insbesondere auch Schmerzen lindern oder vorbeugen. Behandlungsmethoden umfassen zudem Thermotherapien, Massagen, Physikalische Therapien, Elektrotherapien, Nervenmobilisationstechniken, und neurologische Bewegungstherapien.

Nebenwirkungen wie vorübergehende Steigerung der Schmerzen und Beschwerden werden von einer kleinen Anzahl der Patienten berichtet und können als Therapie-Reaktion betrachtet werden. Hierzu gehören auch Kopfschmerzen, Übelkeit, Muskel- und Gelenkschmerzen sowie Stauchungen und Nervenkompressionen. Auch leichtere Verbrennungen nach Kälte- und/oder Wärmeapplikationen oder Elektrotherapien sind in der Literatur beschrieben. Hämatome, Muskelschmerzen können nach intensiven Massagetherapien vorübergehend auftreten.

Akupunktur

Als wertvolle Ergänzung zur Schmerzlinderung, Normalisierung des Muskeltonus, zur Behandlung von myofaszialen Triggerpunkten, können bei uns in der Praxis verschiedene Akupunkturtechniken, in Absprache mit dem Patienten, angewendet werden.

Nebenwirkungen wie Müdigkeit, Schwindel, Muskelschmerzen, Hämatome, vorübergehende Steigerung der Schmerzen und Beschwerden werden von einer kleinen Anzahl der Patienten berichtet und können als Therapie-Reaktion betrachtet werden. In der Literatur werden zudem Fälle von Entzündungen, Infektionen rund um die Einstichstelle, Lungenkollapse beschrieben, diese treten glücklicherweise sehr selten auf.

Ausführliche Informationen finden sie im Internet, auf unsere Webseite:
www.chiropraktik-zuerich-enge.ch.