

...

aus der Praxis für die Praxis

Schmerztherapie bei psychosomatischen Schmerzsyndrom und chronischer Erschöpfung

Erfahrungsberichte und Therapie Vorschläge



Susan Sauer

Eigene Praxis seit 2017
Nebenberuflich studiere ich
Komplementärmedizin/ Naturheilkunde
(BSc Sept. 2022)

Der Schwerpunkt meiner Tätigkeit liegt
darin, ein funktionierendes
Gesundheitsprogramm zu schaffen. Das
beinhaltet das Lindern von Beschwerden
ebenso wie die Gesunderhaltung.



Praxis für Gesundheit & Ästhetik

...

Erschöpfung und Schmerz : Kurzübersicht

- chronische Schmerzen, chronische Erschöpfung und Schlafstörungen können sich gegenseitig begünstigen oder sogar auslösen
- Gleichgewicht zwischen Energiezufuhr und Energieverbrauch gestört
- Erschöpfung verzögert Heilung und kann zu Nervenfunktionsstörungen führen. Die Schmerzen werden weniger gut verarbeitet.
- Behandlung: stets individuelles Behandlungskonzept mit Medikamenten, pflanzlichen Mitteln, Homöopathika, Probiotika, Ernährungsumstellung, Stressreduktion, Physio, Ursachenbezogenr Schmerztherapie





Die Pain-Gate Theorie

sagt u. a. genau das. Viele Schmerzimpulse werden auf ihrem Weg zum Thalamus (im Gehirn die Sammelstelle für den Schmerz) so gehemmt, dass der Mensch keine Notiz davon nimmt. Das ist sinnvoll.

Denn unterschwellig und ohne Krankheitszeichen regeneriert der Körper kleinere Schäden quasi im Vorübergehen. Und das geschieht in allen Körperregionen jeden Tag. Immer läuft ein kleiner entzündlicher Prozess ab, zu dem der Schmerz definitionsgemäß gehört.

Stauen sich Reparaturen, dauern sie zu lange oder sind die Schäden zu groß, wird der Mensch und sein Bewusstsein darauf aufmerksam.

Fibromyalgie / Fibromyalgiesyndrom

ist eine chronische Schmerzerkrankung, die sich durch Schmerzen in verschiedenen Körperregionen äußert. Die Schmerzen können auf der Haut, in den Muskeln und Gelenken spürbar sein. Andere typische Beschwerden sind Schlafstörungen, Müdigkeit, schnelle körperliche wie geistige Erschöpfung und Konzentrationsprobleme.

Typische Schmerzareale

Muskuläre Schmerzen - wie Nackenschmerzen

Kopfschmerzen / Migräne

Magenschleimhautreizungen

Reizdarm

Labordiagnostik

Cortisol Tagesprofil (Nebenniere)

Schilddrüsenprofil

Aminosäure Profil wie Tryptophan (silent inflammation)

Mikronährstoffe





Generelle Therapie

Ordnungstherapeutisches Konzept

Schlafhygiene

Stressreduktion

Co Therapeuten: Physio / Ergo



...

begleitende Therapien

Phytotherapie

Mikroimmuntherapie

Immunregulation

Entzündungshemmende Maßnahmen

Schmerztherapie



...

Die Favoriten in meiner Praxis

Galactopharm Lactidorm® Kapseln+ Lactiguttin

Loges Vigo plus + Rhodiologes

Synomed Enterobact Stress, NNR , Mental, DOL

Hypo a Reha 1

