

Tennisarm und Golferarm

Schnelle und nachhaltige Behandlungsmöglichkeit durch die Bowen-Therapie

Tennisarm (Epicondylitis lateralis) und Golferarm (Epicondylitis medialis) sind relativ häufige Erkrankungen, die sich durch eine Überbeanspruchung bestimmter Sehnen entwickeln. Es können sowohl Sportler als auch Nicht-Sportler betroffen sein.

Der Überlastung folgt eine Entzündung im Sehnenansatzbereich, die sich auf den gesamten Bereich der entsprechenden Muskulatur auswirken kann. Ausgelöst werden die Beschwerden durch sich wiederholende und monotone Belastungen wie zum Beispiel Schreiben an der Computertastatur, Klavierspielen, Tennisspielen, Handwerken. Bei akuten Beschwerden ist vor allem eine Schonung und Entlastung wichtig. Übergeht man die akuten Symptome können diese chronisch werden und langfristig zu Beschwerden führen.



Typisches Symptom ist der Schmerz

Der Schmerz beginnt akut im Bereich des Ellenbogens und breitet sich häufig auf die Unterarm-Muskulatur bis zum Handgelenk oder

sogar bis in die Finger aus, der Schmerz kann auch in den Oberarm ziehen. Zusätzlich kann es zu verminderter Kraft kommen oder zu Problemen beim Zugreifen.

Tennisarm oder Golferarm?

Bei einem Tennisarm kommt es zur Überlastung von Sehnen der Fingerstreckmuskulatur, bei einem Golferarm liegt die Überlastung auf den Sehnen der Fingerbeugemuskulatur. Das heißt, bei einem Tennisarm ist die Drehung des Unterarms nach außen schmerzhaft, bei einem Golferarm ist die Drehung des Unterarms nach innen schmerzhaft. Bei der Untersuchung kann man durch Abtasten der Sehnenansatzbereiche und durch Drehung der Unterarme feststellen, um welche der beiden Erkrankungen es sich handelt und entsprechend diese Bereiche behandeln.

Schnelle und nachhaltige Hilfe durch die Bowen-Therapie

Bei Erkrankungen von Sehnen, Muskeln und Bändern setze ich erfolgreich die ISBT-Bowen-Therapie ein. Die ISBT-Bowen-Therapie, benannt nach Thomas A. Bowen, ist eine ganzheitliche sanfte manuelle Therapieform, bei der Schlüsselstellen des Körpers stimuliert werden und eine Anregung der Selbstregulations- und Selbstheilungskräfte bewirken. Durch gezielte Griffe an den erkrankten Sehnen im Bereich des Ellenbogens aber auch an den gesamten Armen und der Wirbelsäule wird der Körper angeregt, sich zu reorganisieren. Das heißt, die akuten oder schon lange bestehenden Gegenregulationen des Körpers, ausgelöst durch die monotonen Bewegungen, werden durch eine Anregung der Lymphzirkulation und durch eine Durchblutungssteigerung positiv beeinflusst. Diese regulative Wirkung verbessert die Gewebesituation der behandelten Bereiche, Stoffwechsel und Flüssigkeitsaustausch der Zellen werden verstärkt. Die daraus folgende Umorganisation bewirkt, dass sich der schmerzende, verkrampfte Bereich wieder in seine physiologische Stellung begeben kann. Durch die positive Beeinflussung der Muskelfaszien wird ein gleichmäßiger Ablauf der Muskelfunktionsketten erzielt. Bei



Julia Radermacher, Heilpraktikerin

akuten Beschwerden bewirkt ein schneller Beginn der Therapie häufig gute Erfolge und eine deutliche Schmerzerleichterung für den Patienten. Die ISBT-Bowen-Therapie kann durch ihre Wirkweise zu langfristiger Besserung oder Genesung führen. Bei Fragen oder für weitere Informationen freue ich mich über Ihre Kontaktaufnahme! Gerne können Sie auf meiner Homepage unter www.bowentherapeut.de meine kostenlosen Patientinneninformationen anfordern!

Julia Radermacher
Heilpraktikerin
Pfungstädter Straße 48
64297 Darmstadt
Tel. 06151-9187150
Mail: praxis@bowentherapeut.de
www.bowentherapeut.de



JULIA RADERMACHER
Praxis für Naturheilkunde

Leistungen

- Bowen Therapie (ISBT)
- Pflanzenheilkunde u. klinisch organotrope Homöopathie
- Kinderheilkunde
- Injektionstherapie
- Ausleitungsverfahren

Termine nach Vereinbarung

Julia Radermacher
Heilpraktikerin
Pfungstädter Straße 48 | 64297 Darmstadt-Eberstadt
Telefon: 06151 - 91 87 150 E-Mail: praxis@bowentherapeut.de
Fax: 06151 - 91 87 151 Internet: www.bowentherapeut.de

Gesund abnehmen mit Homöopathie

Einige Pfunde zu viel

Es wird Zeit, dem Speck den Kampf anzusagen. Es gilt, jetzt wieder etwas kürzerzutreten und den überflüssigen Pfunden rund um die Hüften wirksam zu Leibe zu rücken.



Bewegung

Körperliche Aktivität hilft zusätzlich beim Abnehmen und tut gut.

Wichtig ist hier, langsam zu beginnen und seine Fitness Stück für Stück zu steigern. Bewegung erhöht zum einen den Kalorienverbrauch, zum anderen sorgt sie dafür, dass die Haut beim Abnehmen schön und straff gehalten wird.

Gesunde Ernährung

Das Wichtigste ist jetzt, auf eine ausgewogene Ernährung mit weniger Fett und weniger Kalorien umzustellen. Die Ernährung sollte reich an Obst und Gemüse sein. Oft helfen einfache Tricks. Ein Glas Wasser vor der Mahlzeit zu trinken hilft oft schon, das erste Hungergefühl zu besänftigen; wer es verträgt, kann auch vermehrt Rohkost zu sich nehmen. Viele haben schon die Erfahrung machen müssen, dass kurzfristige Ernährungsumstellungen, sogenannte Crash-Diäten, keinen Erfolg bringen, sondern ganz im

Gegenteil oftmals zu einem Jo-Jo-Effekt führen.

Stoffwechsel ankurbeln mit Homöopathie



Ein träger Stoffwechsel kann schuld sein, wenn trotz aller Diät-Bemühungen das Gewicht nicht nach unten geht. Wirkungsvolle und natürliche Hilfe bieten homöopathische Tropfen mit Meeressalgen; homöopathisch aufbereitete Meeressalgenextrakte (Fucus) unterstützen die Arbeit der Schilddrüse und tragen zur Anregung des Stoffwechsels bei, um erfolgreich abzunehmen.

Fettverbrennung anregen

Die zerkleinerten, getrockneten Stämme der Alge werden in einem aufwendigen Herstellungsverfahren zu den homöopathischen Tropfen Fucus-Gastreu® S R 59 aufbereitet. Die Tropfen regen durch die stimulierende Wirkung auf die Schilddrüse den Fettabbau an und helfen so beim Abnehmen. Sie steigern den Grundumsatz und för-

dern eine gesunde Verdauung. Fucus-Gastreu S R59 Tropfen sind gut verträglich und nebenwirkungsarm.

Mit den Tropfen ergänzen Sie sinnvoll Ihr Diätprogramm. Sie erhalten Fucus-Gastreu S R59 Tropfen rezeptfrei in Ihrer Apotheke. Bei Menschen mit einer Schilddrüsenerkrankung darf das Mittel nicht ohne ärztlichen Rat angewendet werden.

Fucus-Gastreu® S R59 Wirkstoff: Fucus vesiculosus Dil D2
Anwendungsgebiete: Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Zur unterstützenden Behandlung bei nicht krankheitsbedingtem Übergewicht.
Hinweis: Das Arzneimittel enthält 55 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen le-

sen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller
Pharmazeutische Fabrik
Dr. Reckeweg & Co. GmbH
Berliner Ring 32
64625 Bensheim
www.reckeweg.de