

# Karpaltunnelsyndrom

## Sanfte und nachhaltige Behandlungsmöglichkeit ohne Operation

Kribbeln und Schmerzen in der betroffenen Hand – vor allem nachts – sind typische Beschwerden eines Karpaltunnelsyndroms. Die Therapie bei einem diagnostizierten Karpaltunnelsyndrom ist zunächst die Ruhigstellung durch eine Nachtlagerungsschiene oder Schmerzmittel, in vielen Fällen wird zu einer Operation geraten. Bei den wenigsten Patienten kommt es nach der Operation zu einer Verbesserung der Beschwerden. Häufig bewirkt diese nur kurz Erleichterung und die Symptome kehren nach einigen Monaten wieder vollständig zurück. Das Leiden der Patienten beginnt erneut.

### Was ist das Karpaltunnelsyndrom?

Das Karpaltunnelsyndrom ist ein Kompressionssyndrom des Nervus medianus im Bereich der Handwurzel, das sensible und motorische Störungen im Bereich des Versorgungsgebietes des Nervus medianus hervorruft. Teilweise ist die Ursache für die Kompression unbekannt, manchmal kann man die Krankheitsentstehung auf vorangegangene Verletzungen oder auf degenerative bzw. „altersbedingte“ Veränderungen zurück führen. Die Symptome variieren bei jedem Patienten. Häufige Beschwerden sind Schmerzen und



Kribbeln der betroffenen Hand besonders nachts, Sensibilitätsstörungen, Kraftverlust und Schwierigkeiten bei gezieltem Zugreifen, Schwellungen, Kälte der betroffenen Extremität, bei starker Ausprägung Taubheit. Das Beschwerdebild kann bis in die Schulter ziehen und auch dort Symptome verursachen. Zunächst hilft sich der Patient selbst durch Schütteln, Reiben oder Massieren der Hand,

was allerdings nur kurzfristig Erleichterung verschafft. Da das Kribbeln und die Schmerzen den Patienten oftmals in der Nacht quälen, kommt es zu Schlaflosigkeit, Übermüdung und Leistungsminderung, die als Sekundärsymptome ebenfalls eine Rolle in Bezug auf die Lebensqualität spielen.

### 80% der Patienten reagieren gut auf die Behandlung durch ISBT Bowen Therapie

Seit 10 Jahren gibt es in Deutschland eine neue Behandlungsmethode – die ISBT Bowen Therapie –, die in der modernen Naturheilkunde mehr und mehr an Bedeutung gewinnt, da viele Patienten

sowohl im Bereich des Bewegungsapparates als auch im Bereich der Organsysteme nachhaltige Veränderungen spüren. Bei einem Karpaltunnelsyndrom reagieren 80% der Patienten erfahrungsgemäß sehr gut auf die regulative Wirkung der ISBT Bowen Therapie, sodass in vielen Fällen eine Operation vermieden werden kann.

### Was ist die ISBT Bowen Therapie?

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 wird der Körper angeregt, sich zu reorganisieren. Das heißt, schon lange bestehende Gegenregulationen des Körpers, ausgelöst durch Fehlhaltungen, Körperleiden oder Krankheiten, werden durch eine Mehrdurchblutung und eine Anregung des Abtransports von Schlackenstoffen oder anderen Ablagerungen neu organisiert und der schmerzende, verkrampfte Bereich kann sich wieder in seine physiologische Stellung begeben. Durch die positive Beeinflussung der Muskelfas-



Julia Radermacher, Heilpraktikerin

zien wird ein gleichmäßiger Ablauf der Muskelfunktionsketten erzielt. Die ISBT Bowen Therapie kann durch diese 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.bowentherapie.de](http://www.bowentherapie.de) kostenlose Patienteninformationen anfordern!

**Julia Radermacher**  
Heilpraktikerin  
Pfungstädter Str. 48  
64297 Darmstadt  
Tel. 06151-9187150  
Fax 06151-9187151  
Mail: [praxis@bowentherapie.de](mailto:praxis@bowentherapie.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@bowentherapie.de](mailto:praxis@bowentherapie.de)  
Fax: 06151 – 91 87 151 Internet: [www.bowentherapie.de](http://www.bowentherapie.de)

# Mit Leichtigkeit zum Nichtraucher

## Intensive Raucherentwöhnung durch Hypnose



„Ach ja, wenn es nur so einfach wäre. Und dann soll das mit einer Hypnosesitzung funktionieren, das klingt doch sehr unwahrscheinlich“. Das sind sicher die ersten Gedanken, die dem lesenden Raucher durch den Kopf gehen. Schließlich will man ja schon lange aufhören, hat es auch bereits über Wochen, ja sogar Monate geschafft, um dann, irgendwie, vielleicht in einer angespannten Situation oder in fröhlicher Runde, doch wieder zum geliebten gehässigen Glimmstengel gegriffen zu haben.

Die Willenskraft alleine reicht offensichtlich nicht aus. Und was bewirken die Warnhinweise über die gesundheitsschädlichen Folgen, die dem Raucher bei jedem Blick auf die Zigarettenpackung begeg-

nen? Jedenfalls verhindern sie nicht den nächsten Griff zur Zigarette. Ist es nicht vielmehr so, dass der Gedanke ans Aufhören, so tief im Inneren, direkt kaum wahrnehmbar, aber doch da, ganz enormen Stress auslöst? Dieses leere Gefühl, wo greife ich hin, wenn nicht zur Zigarette, bei Anspannung, um Pause zu machen, usw.? Und die diffuse Angst, es nie zu schaffen, und wenn nicht, was sind die Folgen? Was tut der Raucher, so unter Stress gesetzt? Rich-

**Weitere Infos über die Faszination Hypnose auf der Gesundheitsmesse Darmstadt, Großer Saal, Stand Nr. 41.**

ter, er raucht erst mal eine. Ein Teufelskreis.

„Ich beleuchte während der Intensiv-Sitzung Raucherentwöhnung diesen Teufelskreis im ersten Schritt auf der Verstandesebene, um den Ratio zur Mitarbeit anzuregen, den ganzen Menschen mit-einzubeziehen“, so Roswitha Öhlschläger, Hypnosetherapeutin. Welche Wirkung haben diese Vorgänge auf Selbstbild und Wohlfühlgefühl? Wie konnte es überhaupt soweit kommen? Ist es tatsächlich Sucht? Es geht um das bewusste Kennenlernen und Verstehen der Stressoren, die immer wieder Rauchbedürfnis auslösen. Dabei werden die unbewussten Abläufe deutlich.

Damit kann die Arbeit in Hypnose beginnen und hat den Hauptanteil an der ca. 3-stündigen Sitzung. Unter Berücksichtigung der Tatsache, dass uns nur 20% unserer Erkenntnisse und Erfahrungen bewusst sind, aber 80% davon in unserem Unterbewusstsein abgespeichert sind,



Roswitha Öhlschläger, Hypnosetherapeutin.

wird klar, dass das Unterbewusstsein der Ort ist, wo eine echte Veränderung stattfinden kann. Versteht man Hypnose als eine Methode, um Menschen Zugang zu ihrem verborgenen Potenzial zu verschaffen, dieses zu aktivieren, um gewünschte Veränderungen zu erarbeiten, ist der Schritt zum Nichtraucher mit Leichtigkeit zu schaffen. Vorbehalte gegenüber

der Hypnose gehören mittlerweile der Vergangenheit an, längst sind die Möglichkeiten nicht nur bei der Raucherentwöhnung sondern z.B. auch bei der Gewichtsreduzierung, der medikamentenfreien Schmerztherapie, Schlafstörungen, Ängsten – in vielen Bereichen des Gesundheitswesens – bekannt und belegt.

Roswitha Öhlschläger, Heilpraktikerin Psychotherapie und Hypnosetherapeutin, arbeitet in ihrer Praxis in Griesheim mit den vielen Facetten der Hypnose und hat sich auf professionelles Stressmanagement und Mind-Coaching spezialisiert.

**Roswitha Öhlschläger**  
Hypnosepraxis  
Elbestr. 4  
64347 Griesheim  
Termine nach Vereinbarung  
Tel. 06155-868875,  
Mail: [info@antistress-hypnose.de](mailto:info@antistress-hypnose.de)  
[www.antistress-hypnose.de](http://www.antistress-hypnose.de)