

# SCHMERZTHERAPIE NACH LIEBSCHER UND BRACHT

Für Erwachsene

## Was ist Schmerztherapie?

In der Schmerztherapie gehen wir davon aus, dass nicht die Schädigung der Struktur in den allermeisten Fällen die Schmerzen auslöst, sondern muskulär-fasziale Überspannung, auf die der Körper mit einem Schmerzsignal reagiert.

Rezeptoren auf dem Knochen melden dem Hirn Überspannungen im Gelenk, welches dann mit Schmerz reagiert. Durch Druck auf diese Schmerzrezeptorpunkte (Osteopressur) wird die Meldung der Überspannung im Hirn neutralisiert. Ebenfalls mittels der Osteopressur können wir ermitteln, wo die Überspannung im Körper liegt und so den Schmerz verursacht.

Zusätzlich erlernt der/die KlientIn Dehnungsübungen, welche die schmerz- auslösenden Überspannungen vermindern und die Schmerzen entsprechend massiv verringern.

## Wichtiges in Kürze

- Die Schmerztherapie eignet sich vor allem bei chronischen Schmerzzuständen.
- Die Therapieform besteht aus 2 Teilen: der Osteopressur und dem Erlernen und Anwenden der Engpassdehnungen.
- Eine Schmerztherapiesitzung beginnt immer mit einem kurzen Gespräch. Darauf folgt die Osteopressur und das Erlernen der Dehnungen. Die gesamte Behandlung dauert rund 75 Minuten und findet in voller Bekleidung statt.
- Für die Behandlung am besten bequeme Trainingskleider und warme Socken mitnehmen.