

## **Manuelle Schmerzpunkttherapie (MST)**

Leichter leben ohne Schmerzen – mit der manuellen Schmerzpunkttherapie (MST) kann eine schnelle Schmerzlinderung herbeigeführt werden. Die Dysbalancen und Fehlspannungen in den Gelenken können abgebaut, resp. aufgelöst werden.

Bei einer Fehlstellung einzelner Segmente oder bei einer Dysbalance der Muskeln auf das entsprechende Gelenk ruft der Körper einen sogenannten „Warnschmerz“ hervor, der eine eingeschränkte Bewegungsfreiheit und eine Veränderung im Gleichgewicht der Struktur nach sich zieht.

Durch Schonhaltung und Bewegungsverweigerung als Folge des Schmerzes verkürzt sich die Muskulatur: Die Gelenkgeometrie verändert sich negativ oder einseitig, die Faszien stehen unter einer hohen Spannung, und der betroffene Mensch fühlt sich gestresst und unbeweglich.

Dazu kommen oft Schmerzmittel, die den Schmerz betäuben, was bedeutet, dass die schädigende Bewegung mit ausgeschaltetem „Warn- und Leitsignal“ fortgesetzt und die Gelenkschädigung und Muskelverspannung noch zusätzlich unterstützt wird.

Die manuelle Schmerztherapie greift über die Vitalpunkte, die Faszien, das Gewebe, insbesondere die Muskeln, Sehnen und das Bindegewebe in den Schmerzprozess ein und bewirkt dort deren Neuprogrammierung, Bewegung und Dehnung.

Die manuelle Schmerztherapie wirkt - durch Behandlung dieser Schmerzpunkte und gezielten Dehnungsübungen – diesen Dysbalancen und Fehlspannungen in den Gelenken entgegen, resp. löst sie auf.

Bei den folgenden Schmerzen oder degenerativen Schmerzzuständen kann die manuelle Schmerztherapie (MST) sehr schnelle Schmerzlinderung bringen:

Migräne, Kopfschmerzen, steifer Nacken, Zähneknirschen, Kopfdrehschmerz, Nackenverspannungen, Kiefergelenkschmerzen, Ischialgie, Hexenschuss, Schmerzen der Lendenwirbelsäule und Sakralgelenken, Rückenschmerzen, Hüftgelenkschmerzen, Golferellbogen, Tennisellbogen, Karpaltunnelsyndrom, Schulter-Arm-Syndrom, Schmerzen in Finger und Daumengrundgelenken, Sehnenscheidenentzündung, Bakerzyste, Knieschmerzen, Joggerschienbein, Arthroseschmerzen, Meniskusschmerzen Innen- und Aussenseite, Fussgelenkschmerzen, Schmerzen im Fuss- und Zehenbereich, Fersensporn, usw.