

# Schmerzen auf natürliche Art und Weise wirksam zu beseitigen ist jetzt möglich!

*Erfahrungen mit LNB Schmerztherapie in Kombination mit Kinesiologie zeigen, dass es oft rasche, ursächliche, vor allem auch nachhaltige Lösungswege gibt.*

Text: Stefan Lichtenstrasser



## Ein paar Fakten zur aktuellen Situation:

1,5 Millionen Österreicher leiden an chronischem Schmerz. Platz 1: Rückenschmerzen. Statistiken gehen von 30 – 40 % Betroffener innerhalb der österreichischen Bevölkerung aus, gefolgt von Kopf- und Nackenproblemen. 20 bis 30 % der Beschwerden sind psychosomatisch. (Profil 2010)

Laut Statistik des Gesundheitsministeriums zählen Knieoperationen zu den dritthäufigsten chirurgischen Eingriffen in Österreich, allein im Jahr 2012 waren es 81.275.

Bild: © ag visuell - Fotolia.com

## Möglichkeiten und Grenzen der Schmerzdiagnostik

Zur Diagnose stehen heute unterschiedliche Technologien zur Verfügung. Röntgen, MR, CT, Ultraschall. Ersichtlich werden dadurch Knochen, Gelenke, Bandscheiben, Organe und Gefäße. Was jedoch bei den bildgebenden Verfahren nicht sichtbar dargestellt werden kann, ist die Muskulatur und deren Zugkräfte. Wichtig ist auch zu wissen, dass 90 % der Schmerzwahrnehmung des Menschen in der Struktur der Muskeln, Sehnen, Bänder, Faszien passieren. Diagnosen werden meist auf Grundlage der Bilder gestellt. Kein Wunder, dass Fehldiagnosen so gut wie vorprogrammiert sind.

## Wie entstehen Schmerzen?

Das neue Verständnis nach Liebscher & Bracht vom Schmerz besagt, dass Schmerz vor allem dann entsteht, wenn der Körper uns vor drohenden Schädigungen warnen und schützen will. Dazu muss man wissen, dass an jeder Bewegung eines Gelenkes mindestens zwei Muskeln beteiligt sind - Spieler und Gegenspieler. Dr. med. Petra Bracht und Roland Liebscher-Bracht haben herausgefunden, dass die meisten der heute am häufigsten auftretenden Schmerzzustände von ihnen so getaufte "Alarmschmerzen" sind. Alarmschmerzen sind Schmerzen, die der Körper im Gehirn erzeugt, um davor zu warnen, die Gelenke und Wirbelsäule zu überlasten und zu verschleifen.

## Schmerz entsteht also meist durch muskulär-fasziale Fehlspannungen

Schmerz ist die Folge fehlprogrammierter Muskeln, also muskulär-faszialer Fehlspannungen. Mit der von Liebscher & Bracht gefundenen und patentierten „Osteopressur“ werden diese krankhaften Spannungen ausgeglichen und die schädigenden Ansteuerungsprogramme im Gehirn gelöscht. Verursacht werden die Schmerzen durch mangelnde und einseitige Bewegung, es kommt zu faszial-muskulären Engpässen. Diese Engpässe bedrohen die Struktur bzw. die Gelenke und der Körper schaltet den sogenannten „AlarmSchmerz“ ein. Die betroffenen Strukturen erzeugen meist einen zu hohen Druck auf Gelenke wie z. B. Wirbelkörper oder Knie. Löst man diese Spannungen haben automatisch auch die Nerven, Bandscheiben und Knorpel wieder mehr Platz. Aus der Neurologieforschung weiß man, dass ein Großteil jener Rezeptoren, welche den Schmerz über das ZNS an das Gehirn leiten, durch die Osteopressur eine bestimmte Region im Gehirn anregt. Das PAG (periaquäduktales Grau) das im Rückenmark entspringt ist für die Schmerzwahrnehmung und die Bewegungsprogramme verantwortlich. Mit der Osteopressur und den speziell von Liebscher & Bracht entwickelten „Engpassdehnungen“ wird es möglich nicht nur Fehlspannungen an den Muskeln zu löschen sondern auch nachhaltig neue, gesunde Spannungszustände zu programmieren. Da im PAG auch emotionale Vorgänge gesteuert werden, wirkt die Osteopressur auch bei durch die Psyche ausgelösten Schmerzen.

## LNB aus Sicht der Kinesiologie

Die LNB Schmerztherapie und Kinesiologie können gut kombiniert werden. Der ganzheitliche Ansatz aus der Kinesiologie bietet zusätzlich ein effektives Fundament um die Hintergründe des Schmerzentstehens durch zusammenhängende Organbeziehungen und damit verbunden emotionale Haltungen zu erkennen. Diese können dann mittels Techniken aus z. B. Touch for Health, Brain Gym, ESR wunderbar gelöst werden.

## Welche Art von Schmerzen können behandelt werden?

Grundsätzlich die meisten der heutzutage verbreiteten Schmerzzustände am Bewegungsapparat.

Z. B. Arthroseschmerzen, Chronische Schmerzen, Fibromyalgie, Hexenschuss, ISG-Sakralgelenkschmerzen, Ischialgie, Bandscheibenvorfall/-vorwölbung, Knie- und Meniskusschmerzen, Bakerzyste, Beklemmungsgefühl im Brustbereich, Beckenschiefstand, Beinlängendifferenz, Nackenschmerzen, Kopfschmerzen, Migräne, Schulterschmerzen, Gleitwirbel, Tennis- und Golfellenbogen, Karpaltunnelsyndrom. Bei diesen Schmerzzuständen gelingt in vielen Fällen schon in der ersten Behandlung eine deutliche Schmerzreduzierung, die dann in den Folgebehandlungen immer weiter ausgebaut und gefestigt wird.



### Stefan Lichtenstrasser

Kinesiologe, LNB Schmerztherapeut,  
LNB Bewegungslehrer und LNB Dozent

#### Kontakt:

Schlossallee 5, 2512 Tribuswinkel  
Mobil: 0676 602 70 66  
Mail: [service@lichtrein.at](mailto:service@lichtrein.at)  
[www.lichtrein.at](http://www.lichtrein.at)



**LICHTREIN.at**

VERBODEN TOEGANG VERBODEN TOEGANG

**LNB**

SCHMERZTHERAPIE  
nach Liebscher & Bracht

PRAXIS

## LICHTREIN.at - Schloss Tribuswinkel Schmerzfrei Institut und Bewegungsschule

Schlossallee 5, 2512 Tribuswinkel,  
Tel. 02252 / 24700, Mobil: 0676 / 602 70 66

Seit 2009 hatten über **1300 Kunden**  
mehr als **90% Erfolg**.  
Qualität und Menschlichkeit zählen.  
Überzeugen Sie sich selbst!

Stefan Lichtenstrasser

Dipl. Kinesiologe, LNB Schmerztherapeut  
LNB Bewegungslehrer und Dozent  
nach Liebscher-Bracht



[www.lichtrein.at](http://www.lichtrein.at)

**Ihr LNB Qualitätspartner in NÖ**

Eine einzigartige Schmerztherapie.  
Eine hervorragende Ausbildung.

Erlernen Sie die  
**LNB SCHMERZTHERAPIE**  
nach Liebscher & Bracht  
im **4-tägigen Intensiv-Seminar**

Weitere Informationen finden Sie auf  
[www.liebscher-bracht.com](http://www.liebscher-bracht.com)

**LNB**

SCHMERZTHERAPIE  
nach Liebscher & Bracht



Liebscher & Bracht Servicetelefon

+49 6172 - 139 59 89

Liebscher & Bracht Referenzpartner Österreich

+43 2252 - 24 700