

Natuma® – wirksame naturheilkundliche Konzepte



Die Last auf den Schultern! Optimale Therapie des akuten & chron. Schulter-Arm-Syndrom

**Wichtige Grundlagen und Therapie der
modern - effektiv arbeitenden
naturheilkundlichen Praxis.**

Schulter-Arm- Nacken-Schmerzen

Schulter-Arm-Syndrom

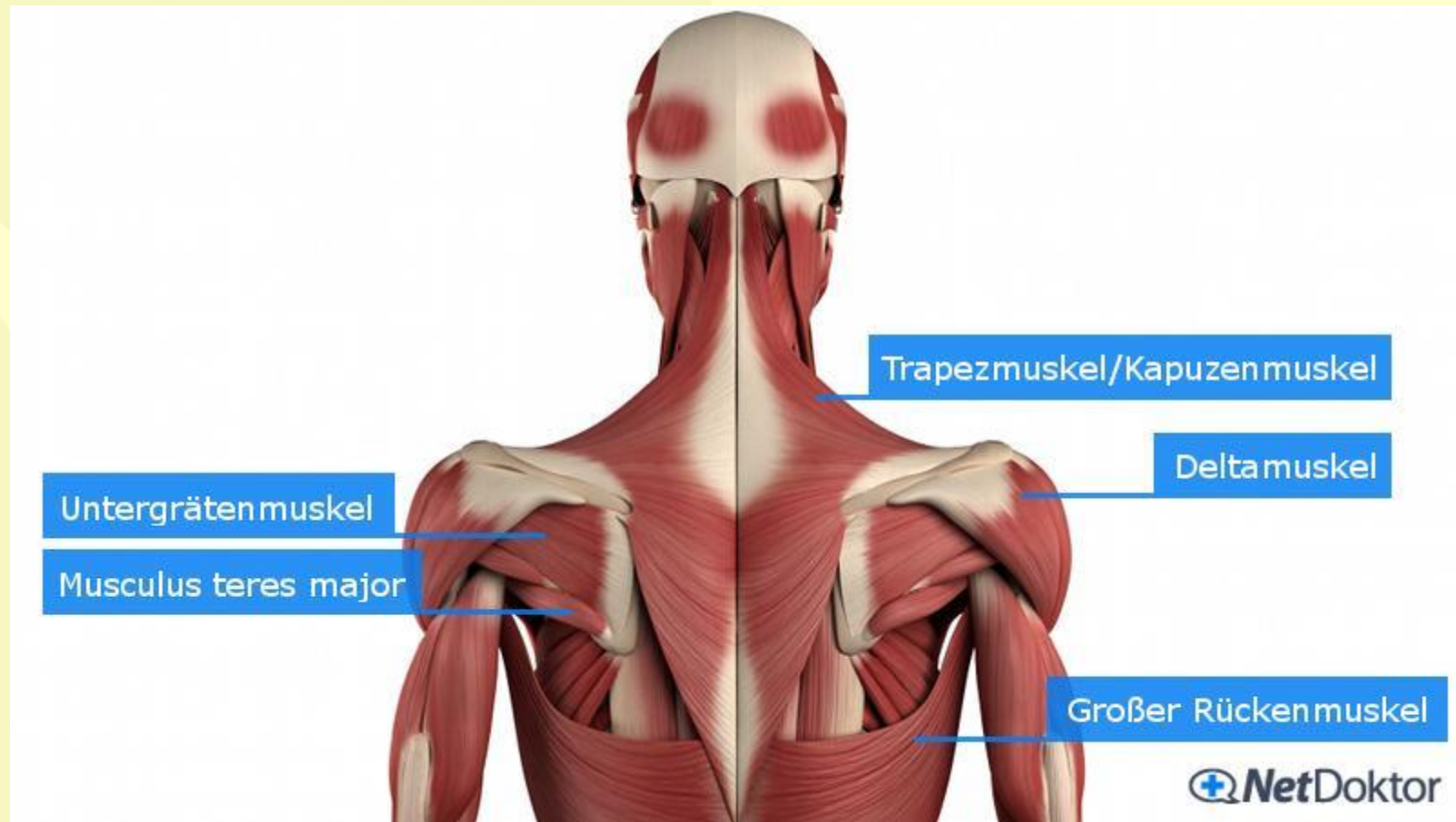
Schulter Schmerzen sind Beschwerden in der Schulterregion, die manchmal in den Oberarm oder Hals ausstrahlen. In etwa 85 Prozent der Fälle liegt die Ursache von Schulter Schmerzen nicht im Schultergelenk selbst, sondern im gelenknahen Bereich (periartikuläre Ursache).

So können zum Beispiel verletzungs- oder erkrankungsbedingte Schäden an Muskeln, Sehnen, Gelenkkapsel und/oder Gelenkschmiere Schulter Schmerzen hervorrufen.

Einteilungen

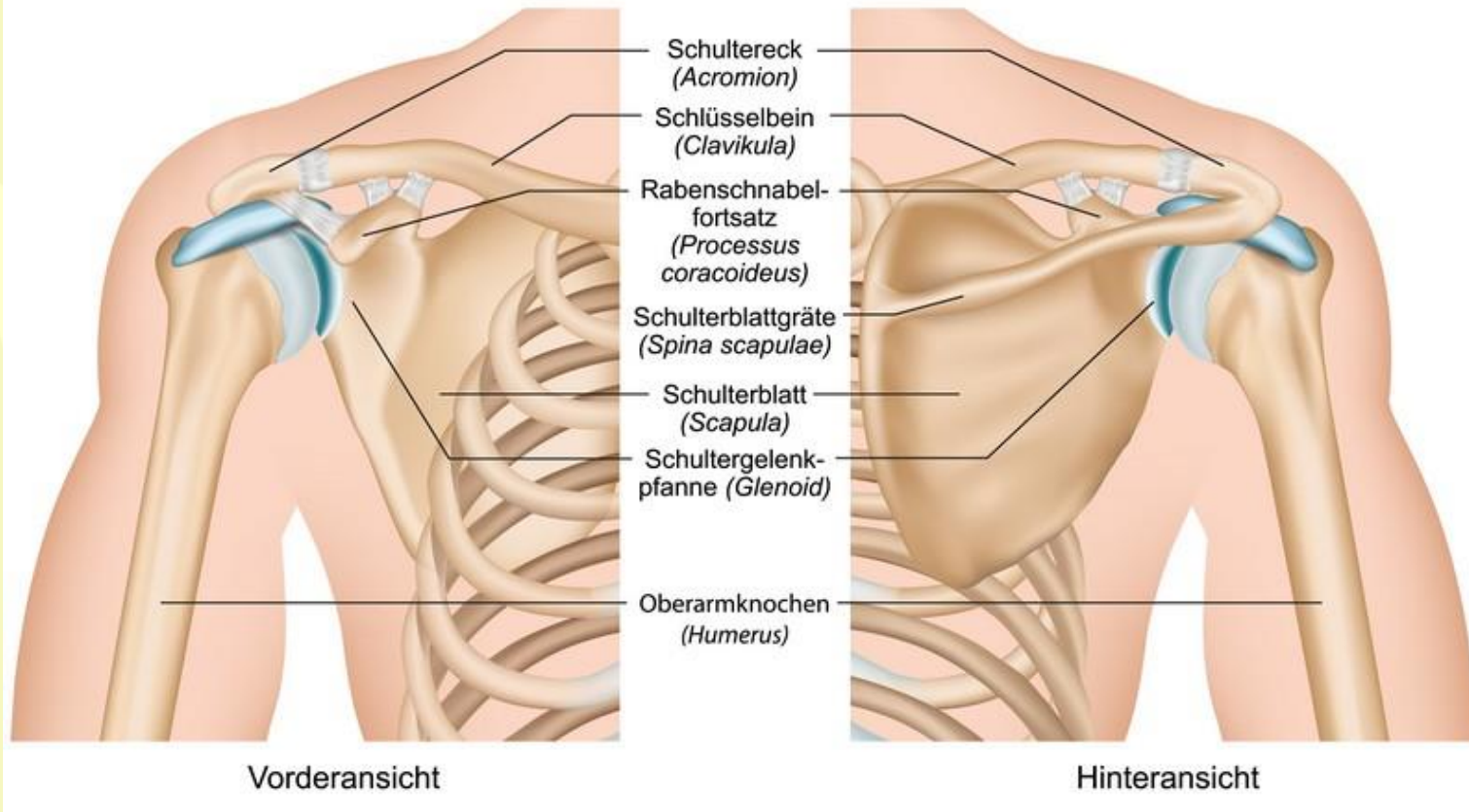
- **Akute Schulterschmerzen** treten plötzlich auf, etwa nach einem Unfall oder Sturz auf die Schulter oder den Arm. Grund ist zum Beispiel ein Bizepssehnenriss, eine ausgekugelte Schulter oder ein Oberarmbruch.
- **Chronische Schulterschmerzen** entwickeln sich schleichend und können sehr hartnäckig sein. Sie werden zum Beispiel durch Arthrose, Bandscheibenvorfall in der Halswirbelsäule oder Schultersteife verursacht.

Muskuläre Anatomie



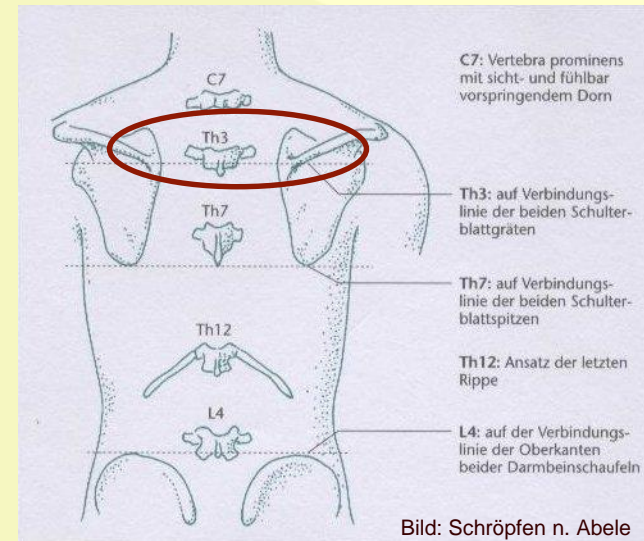
Skelettäre Anatomie

Anatomie von Schulter und Schulterblatt



Ursachen

- Fehlhaltung, PC/Schreibtischarbeit, Bewegungsmangel
- chronische Muskelverspannung
- WS-Blockaden in C7 bis TH1
- Arthrose = Omarthrose
- Rheumatoide Arthritis oder (Polymyalgia rheumatica -PMR)
- Durchblutungsstörung
- Bursitis subacromialis
- Rotatorenmanschettenruptur
- Schulterluxationen
- Z.n. Oberarm- oder Schlüsselbeinfraktur

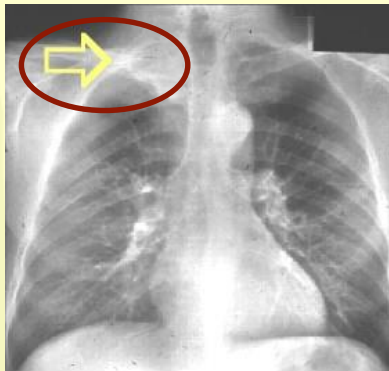


Ursachen

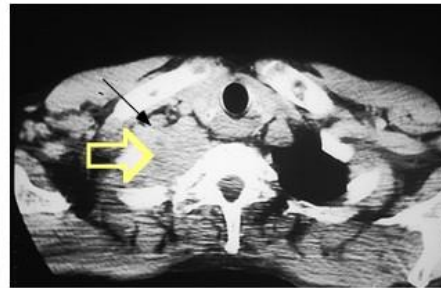
- Gelenkeinblutung
- Bizepssehnenanriß
- Frozen Shoulder
- Impingement-Syndrom
- Tendinosis calcarea (Kalkschulter)
- bakterielle Omarthritis
- Bandscheibenvorall der HWS
- Schultergürtel-Kompressionssyndrom (Thoracic-Outlet-Syndrom)
- Karpaltunnelsyndrom
- Neuroborreliose

Innere Ursachen weitergedacht...

- Herzinfarkt
- Gallenkolik
- Cholezystitis/Cholangitis



Chest X-ray



CT Scan

Quelle:
Aboutcancer.com

- Selten: Lungentumor (Pancoast Tumor)

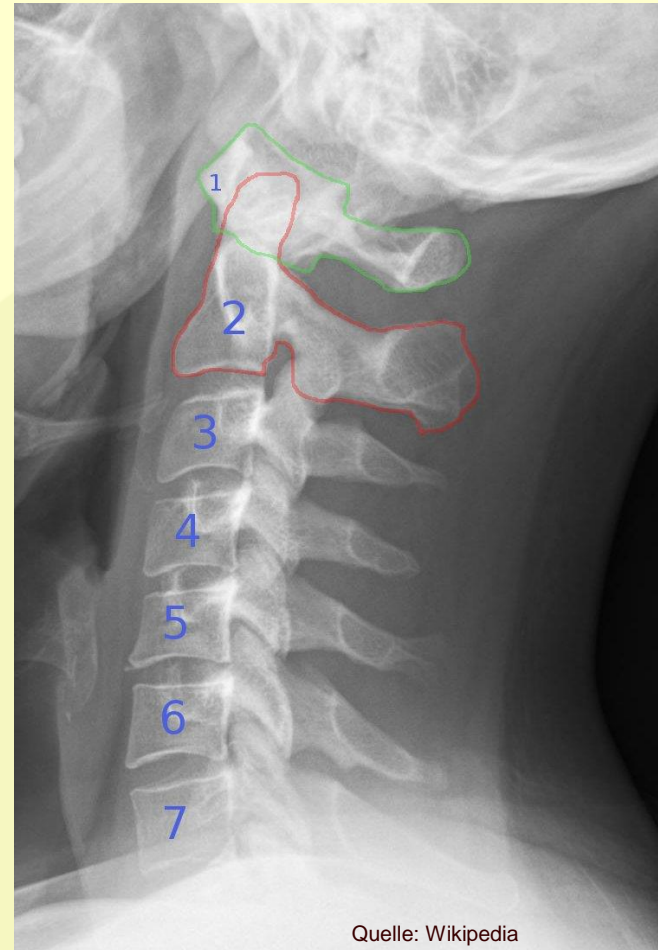
Klassische Untersuchungen

- Röntgen
- Blutuntersuchungen
- Neurologische Untersuchungen
- Sonografie
- Kernspintomographie (MRT)
- Computertomographie (CT)
- Gelenkpunktionen

Weiterführend bei Verdacht auf

„Innere Ursache“

- Bronchioskopie
- Coronarangiografie



Quelle: Wikipedia

Magnetresonanztomographie (MRT)



Quelle: CT MRT Insitutu Berlin

Magnetresonanztomographie (MRT)



Quelle:Schulterinfo.de

Standard Therapieoptionen

- Antientzündliche, analgetische Therapie
 - Ibuprofen u.a.
 - ggf. Antibiose
 - Kortisongabe, oral oder als Injektion ins Gelenk
 - Starke Schmerzmittel Opioide
- Krankengymnastik, Physiotherapie
- Manuelle Therapie

k
o
n
s
e
r
v
a
t
i
v

➔ Als letzte Option zunehmend:

Operation!



Quelle:
Netdoktor.uk

Therapien der NHP

- Nervenpunktmassage (Triggermassage) & manuelle Therapie, Dorn usw.
- Akupunktur
- Schröpfen
- Homöosiniatrie, Quaddelung
- Phytotherapie
- Komplexmittelhomöopathie
- Beratung Lebenswandel, Kneipp'sche Therapien
- Ernährung

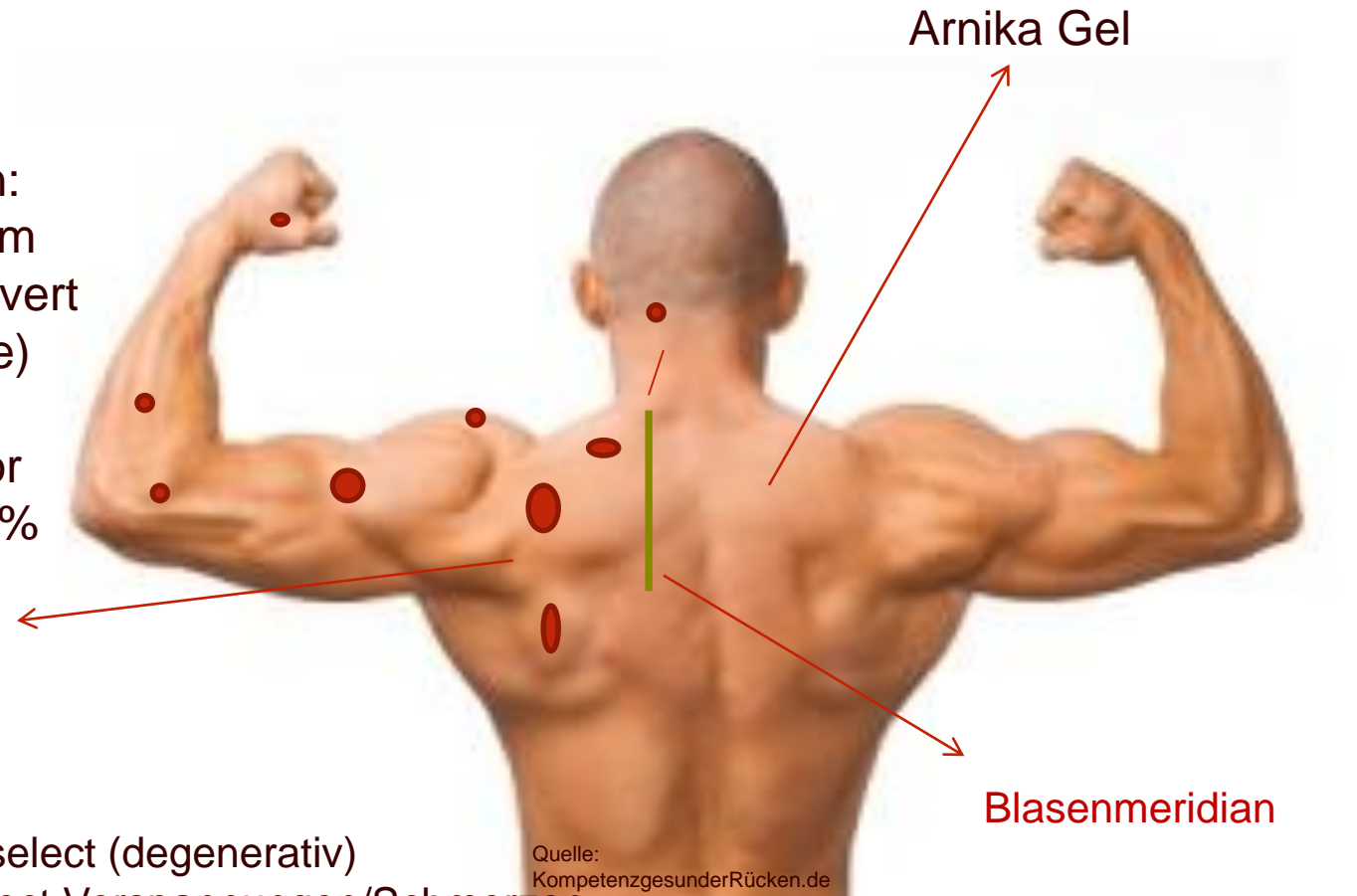
Triggerpunkte/Quaddelpunkte

Intracutan:
Gelsemium
comp. Hevert
(Neuralgie)

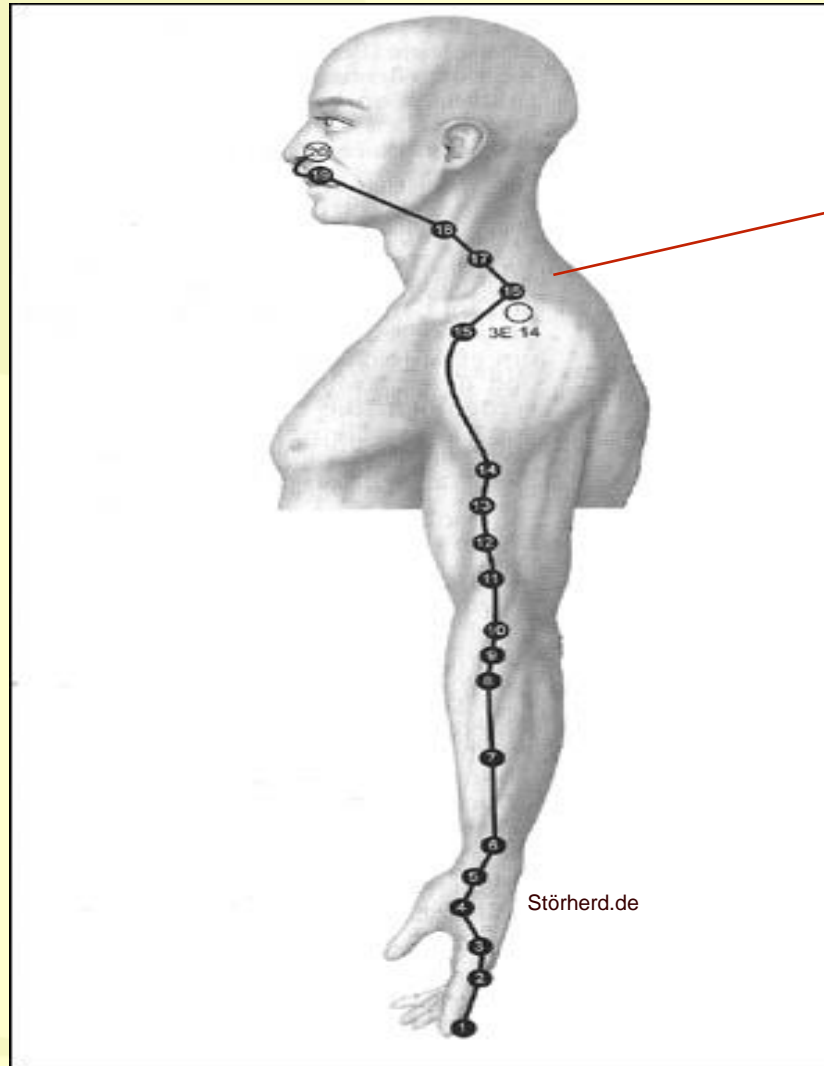
Hewedolor
Procain 2%

Rheuma
Hevert
Injekt

Oral: Chiroselect (degenerativ)
Rheumaselect Verspannungen/Schmerzen
+ Mg oder Schüßler Nr.7



Dickdarmmeridian



Allya N
Pascoe

Oder

Hewedolor
Procain
2%

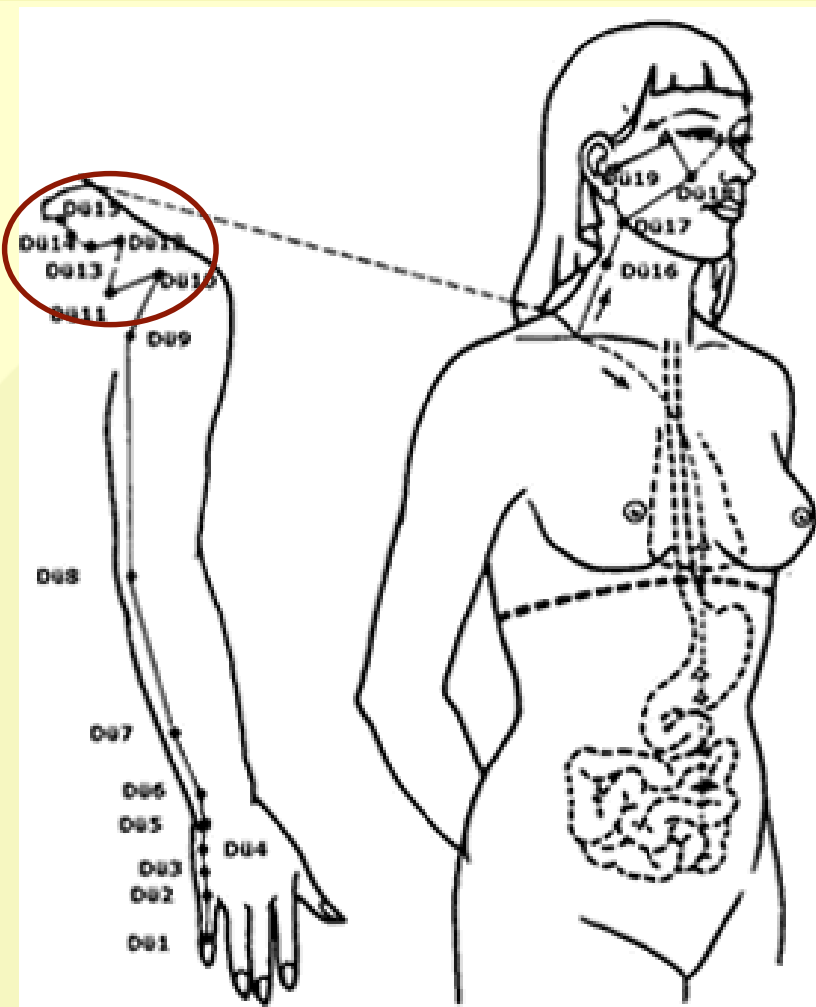
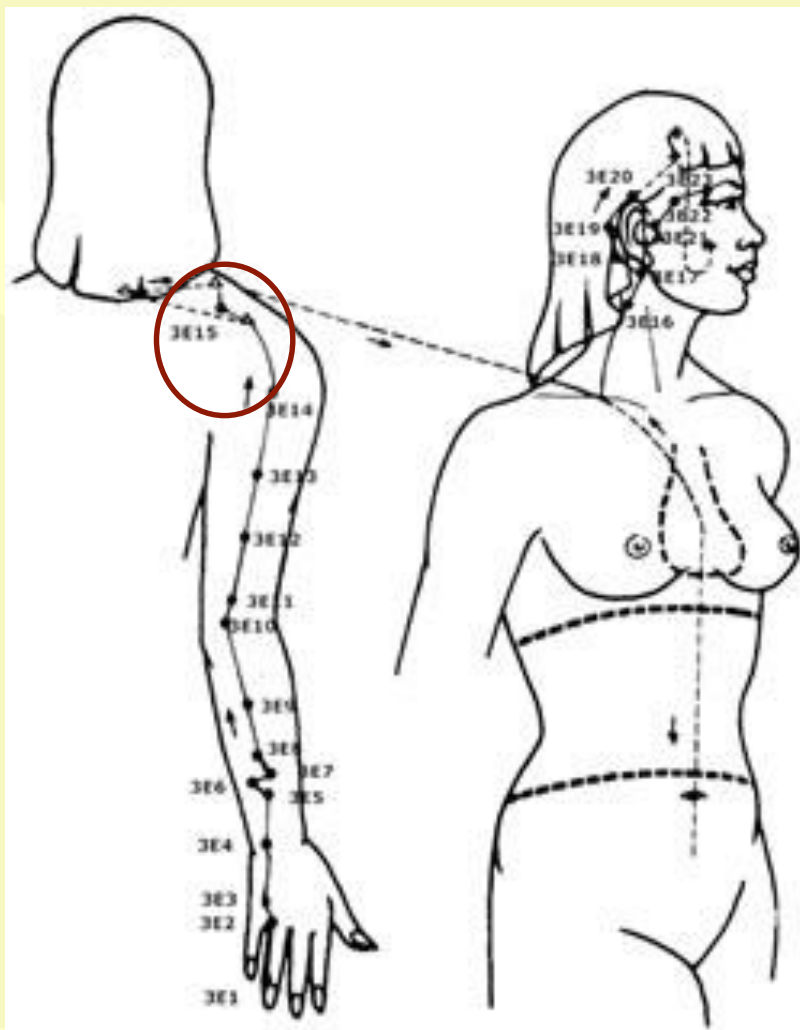
WHO/Akupunktur

Beim Schulter-Arm-Syndrom empfiehlt die Weltgesundheitsorganisation (WHO) ausdrücklich Akupunktur.

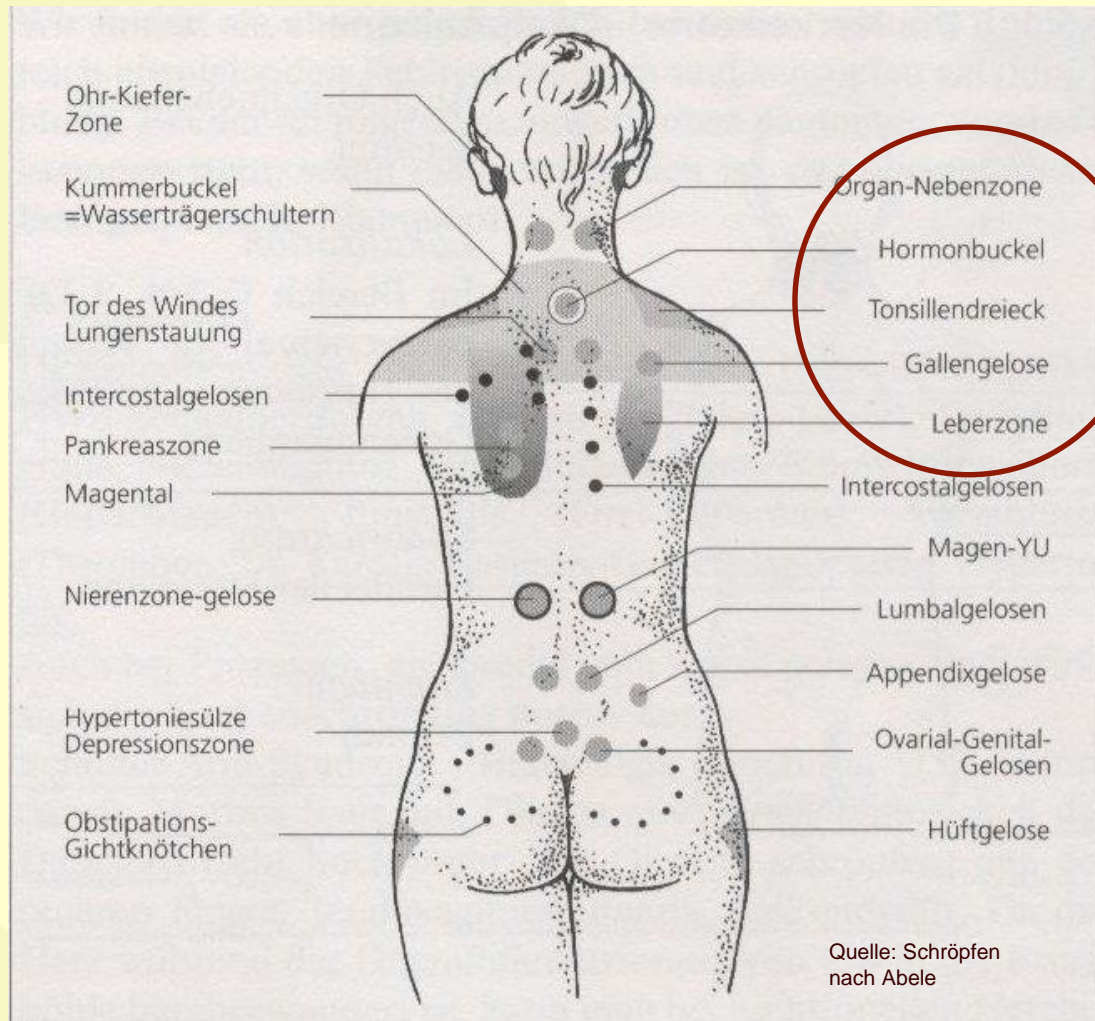
Auch Massagen, Schröpfen und Arnika-Salben können die Schulterschmerzen der Betroffenen lindern.



3 Facher Erwärmer & Dünndarmmeridian

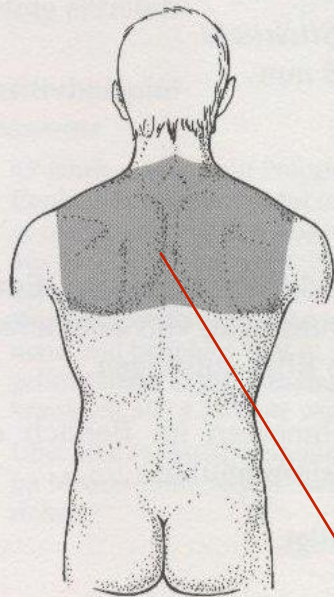


Head'sche Zonen/Schröpfen nach Abele



Depressionsbuckel & Spannungskopfschmerz Schulter-Arm-Syndrom

3.5.5 Der Depressionsbuckel



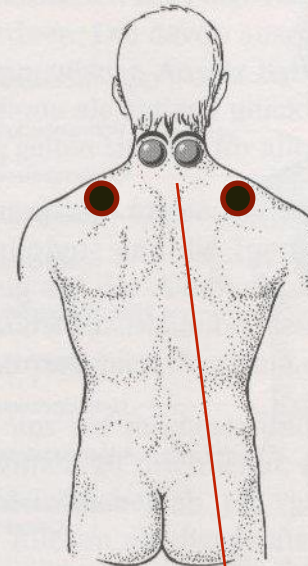
Lokalisation

Erumfaßt das Segment C4, bis hinab zum Segment TH5. Die Schultern erscheinen bretthart, der Rücken insgesamt verkrampft. Der Patient kann vor Schmerzen oftmals kaum schlafen. Die Anamnese fördert unverarbeitete Erlebnisse zutage, die der Patient Tag und Nacht mit sich umherträgt. Wir sprechen daher auch von den „Wasserträgerschultern“.

Quelle: Schröpfen nach Abele

Schröpfglasmassage

3.5.1 Die Nackenzone – Okzipitalzone



Auch Organnebenzone genannt.

Lokalisation

Im Bereich C 3/4, 2 QF paravertebral im Verlauf des Harnblasen- und des Gallenmeridians

Stichrichtung

Parallel der Meridiane

Stichtiefe

2-5 mm

trockenes/blutiges
Schröpfen, stehend

Manuelles & DornTherapie

Die Dorn-Therapie

Beziehung: Wirbel - organische / psychische / seelische Beschwerden

Die Wirbelsäule in Seitenansicht	Organische Beschwerden	Psychische / seelische Beschwerden
Atlas C 1:	C 1 Kopfschmerzen, Schilddrüsenschilddrüse, Migräne, Schilddrüsenerkrankungen, chronische Müdigkeit, Schwindel	Kronen-Chakra: Schilddrüse - „überhört“ Klänge aus dem Inneren, will alles mit dem Kopf wissen
Atlas C 2:	C 2 Nebenhöhlenbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Stein-Chakra: „Schilddrüse“, will mehr Freiheit oder (überhört) das Schilddrüse will nicht schweigen, hat immer etwas festzupacken, schwärmt, verliert den Kopf, Müdigkeit
1. Halswirbel C 3:	C 3 Bronchienbeschwerden, Nasennebenhöhlen, Hals, Atmungsstörungen, Speicheldrüse, Kehlkopf, Schilddrüse, Tonus (Zwangsneurose)	Wie bei C 2
2. Halswirbel C 4:	C 4 Brustschmerzen, Karies, Zahnerkrankungen, Fiktion, aufgenommene Lippen, verengte Luftröhrenöffnung	Wie bei C 2
3. Halswirbel C 5:	C 5 Halsweichteile, Kopfschmerzen, chronische Erkrankung, Kräftegleichgewicht	Wie bei C 2
4. Halswirbel C 6:	C 6 Muskelerkrankung, Kräfte, Muskelerkrankungen, Weichteile, Osteoarthritis, Kopf	Wie bei C 2
5. Halswirbel C 7:	C 7 Schilddrüsenerkrankungen, Kräfte, Muskelerkrankungen, Weichteile, Osteoarthritis, Kopf	Wie bei C 2
1. Brustwirbel Th 1:	Th 1 Schilddrüsenerkrankungen, Kräfte, Muskelerkrankungen, Weichteile, Osteoarthritis, Kopf	Überhört sich selbst, Schilddrüse - „überhört“ Klänge aus dem Inneren, will alles mit dem Kopf wissen
2. Brustwirbel Th 2:	Th 2 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
3. Brustwirbel Th 3:	Th 3 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
4. Brustwirbel Th 4:	Th 4 Gallenblase, Gallenwege, Gicht, chronische Erkrankungen (in Bereich des Gallenblasenmeridians)	Wie bei C 2
5. Brustwirbel Th 5:	Th 5 Lendenwirbelsäule, chronische Erkrankungen, Kräfte, Muskelerkrankungen, Weichteile, Osteoarthritis, Kopf	Wie bei C 2
6. Brustwirbel Th 6:	Th 6 Nierenbeschwerden, Verdauungsstörungen, Schilddrüse, Diabetes mellitus, Parkinson, Schilddrüse	Wie bei C 2
7. Brustwirbel Th 7:	Th 7 Brustschmerzen, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
8. Brustwirbel Th 8:	Th 8 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
9. Brustwirbel Th 9:	Th 9 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
10. Brustwirbel Th 10:	Th 10 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
11. Brustwirbel Th 11:	Th 11 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
12. Brustwirbel Th 12:	Th 12 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
1. Lendenwirbel L 1:	L 1 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
2. Lendenwirbel L 2:	L 2 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
3. Lendenwirbel L 3:	L 3 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
4. Lendenwirbel L 4:	L 4 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
5. Lendenwirbel L 5:	L 5 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
Kreuzbein	L 5 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2
Steißbein	L 5 Bronchienbeschwerden, Fiktion, Augen leiden, Hörstörungen, Ohrenschmerzen	Wie bei C 2

Merke:

Um Schulterschmerzen aufgrund einer „Sportlerschulter“ vorzubeugen, sollte man die Schultermuskulatur gezielt und gleichmäßig aufbauen und die Muskeln und Bänder im hinteren Schulterbereich regelmäßig dehnen. Dehnungsübungen für den hinteren Schulterbereich sind in Kombination mit Krankengymnastik auch dann ratsam, wenn jemand bereits an einer „Sportlerschulter“ leidet: Leichte bis mittlere Schulterschmerzen lassen sie sich damit oft lindern. Um erneuten Beschwerden vorzubeugen, sind regelmäßige Bewegungsübungen der Schulter unabdingbar.

Komplexmittelhomöopathie entzündliche Schulter

In 10 g Rheumaselect sind enthalten:

Bezeichnung	D	g	Synonyme	Anwendung	Bemerkung
Rhus toxicodendron	D4	2	Frische, junge und beblätterte Triebe des Giftsumachs	Lähmigkeit, Lähmungen; rheumatische Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln; Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen	Muskeln, Gelenke, Sehnen, Nackensteifigkeit, heftige Rückenschmerzen
Bryonia	D4	2	Die Wurzel der Zaurübe	Akute Entzündungen der Atemorgane, des Rippenfells, des Bauchfells, der Leber; akuter und chronischer Rheumatismus	Akute Polyarthrititis
Nux vomica	D4	2	Der reife, getrocknete Samen der Brechnuss	Nervenschmerzen und rheumatische Schmerzen; Krämpfe an Hohlorganen, Muskelkrämpfe, Lähmungen	Konstitutionsmittel
Ledum	D4	2	Getrocknete junge Sprosse des Sumpfporst	Gicht und Rheumatismus; Verrenkungen, Verstauchungen, Lähmigkeit	Gelenke, Muskeln, Bindegewebe
Berberis	D4	2	Berberitze, Sauerdom	Gicht, Rheumatismus	Rückenschmerzen, Muskel und Gelenkrheumatismus



Rheumaselect

Rheumaselect ist ein gut verträgliches, natürliches Arzneimittel zur Behandlung von Erkrankungen des **rheumatischen Formenkreises**. Hierzu gehören alle **akuten und chronischen Schmerzen der Gelenke und der Wirbelsäule, sowie der Verspannungsschmerz der angrenzenden Muskulatur**.

Die pflanzlichen Inhaltsstoffe in Rheumaselect unterstützen sich gegenseitig in ihrer Wirkung. Sie wirken entzündungswidrig, entwässernd, krampflösend und lindern damit die rheumatischen Beschwerden. Der notwendige Regenerationsprozeß erstreckt sich in der Regel über einen längeren Zeitraum. Deshalb sollte man Rheumaselect regelmäßig einnehmen.

Mehrere Studien belegen, daß auch eine Kombination mit chemischen Rheuma- und Schmerzmitteln sinnvoll ist, um mögliche Nebenwirkungen dieser Präparate zu reduzieren.

Komplexmittelhomöopathie degenerative Erkrankungen, Arthrose



Anwendung:

Registriertes homöopathisches Arzneimittel, deshalb ohne Angabe einer Indikation. Die Zusammensetzung aus **fünf Wirkstoffen** eignet sich besonders zur Behandlung von **degenerativen Erkrankungen der Gelenke und der Wirbelsäule**



Zusammensetzung:

- Arnica D8
- Calcium carbonicum Hahnemanni D10
- Eupatorium D8
- Gelsemium D8
- Symphytum D8

Chiroselect

10 g enthalten:



Bezeichnung (arzneilich wirksame Bestandteile)	Anwendungsgebiete	Homöopathische Arzneimittelbilder/Bemerkungen
3 g Arnica D8 (Bergwohlverleih)	Blutungen aller Art; Myalgie nach Überlastung, Erkrankungen des arteriellen und venösen Systems.	Schmerzen: allg. Neuralgien und Myalgien , Muskelkater, Ischias, Muskel, Bindegewebe, traumatische Störungen
2,5 g Calcium carbonicum Hahnemanni D10 (Calciumcarbonat)	Kalkstoffwechselstörungen; chronische Haut und Schleimhauterkrankungen; proliferative Schleimhautprozesse	nächtliche Knochenschmerzen. Allgemein Knochen und Muskeln
1 g Eupatorium D8 (Wasserdost)	Grippe, fieberhafte Erkrankungen; fieberhafte Erkrankungen des Leber-Galle-Systems; Rheumatismus	Stütz- und Bewegungsapparat. Fieber mit Gliederschmerzen , Starke Knochenschmerzen, wie verrenkt oder gebrochen (lindert auch Schmerzen bei tatsächlichen Knochenfrakturen).
1 g Gelsemium D8 (falscher Jasmin)	Kopfschmerzen, nervöse Störungen; Infektionskrankheiten; Lähmungen und Krampfleiden	Schmerzen: Muskelschmerzen und neuralgische Beschwerden
2,5 g Symphytum D8 (Beinwell)	Knochen- und Knochenhautverletzungen	Schmerzen, Muskelschwäche, Schlechte Callusbildung , Kontusionen, Distorsionen, Stumpfbeschwerden, Periostitis (Knochenhautentzündung), Thrombophlebitis

Komplexmittelhomöopathie

Harnsäureerhöhungen+ rheumat. Diathese

In 10 g Arthriselect sind enthalten:

Bezeichnung	D	g	Synonyme	Anwendung	Bemerkung
Berberis	D3	5	Sauerdorn, Berberitze	Nieren- und Harnwegserkrankungen, insbesondere Nierensteinleiden, Gicht, Rheumatismus, Erkrankungen der Leber und der Gallenblase, trockene Hauterkrankungen, Fisteln	Rückenschmerzen, Muskel und Gelenkrheumatismus
Lithium carbonicum	D4	5	organische Lithiumverbindung	Gicht, Nierenleiden bei vermehrter Harnsäure im Blut, rheumatische Erkrankungen	Muskeln, Sehnen, rheumatische Beschwerden.

Anwendung:

Homöopathisches Arzneimittel bei Erkrankungen des Bewegungsapparates, insbesondere bei Gicht und Rheuma (→ stoffwechselbedingten Beschwerden)



Arnika-Gel



Hergestellt ohne Farbstoffe,
Parabene oder Mineralölbestandteile
(Vaseline, Paraffin)



Anwendung:

Das angenehm erfrischende Arnika-Gel von Dreluso dient zur Pflege der Haut bei stumpfen Verletzungen sowie bei Muskel- und Gelenksbeschwerden. Die pflegende Komponente des Gels führt in Kombination mit den Inhaltsstoffen der Arnika zu einem kühlenden Effekt und beruhigt die Haut. Gleichzeitig fördert es die Durchblutung.

- **Blutergüsse**
- **Verstauchungen**
- **Prellungen und Quetschung**
- **Muskel- und Gelenksbeschwerden, besonders nach körperlicher Anstrengung und sportlicher Aktivität**

In der Phytotherapie wird Arnika montana äußerlich als Gel oder Salbe zur Behandlung von Verletzungs- und Unfallfolgen (z. B. Hämatomen, Verrenkung, Prellung, Quetschung, Frakturödemen) sowie bei Muskel- und Gelenksbeschwerden eingesetzt.

Gelum Gel / Gelum Sport-Gel



**wie Gelum-Gel,
zusätzlich mit kühlendem Minzöl**

Vorteile: Kühlend, abschwellend

Wirkmechanismus über den sauren pH-Wert, wie essigsäure Tonerde, nur schneller und bequemer verfügbar

Anwendung:

Kühlendes Gel zum Auftragen auf die Haut bei Blutergüssen, Verstauchungen, Prellungen, Gelenkentzündungen, Sehnenscheidenentzündungen, entzündliche Gewebeerkrankungen

Zusammensetzung:

Kalium-Eisen-Phosphat-Citrat-Komplex (Wirkstoff der Gelum-Tropfen), Japanisches Minzöl, Softisan 60, Kaliumsorbitat.

→ grünlich gefärbt, deshalb immer mit einer Auflage bzw. Abdeckung verwenden

Beinwell-Balsam



Hergestellt ohne Farbstoffe,
Parabene oder Mineralölbestandteile
(Vaseline, Paraffin)



Extrakt aus der Beinwellwurzel (*Symphytum officinale*) sowie pflanzlichen Ölen (das Wunderbaumöl, *Ricinus communis* sowie Sonnenblumenkernöl, *Helianthus Annuus*).

„Bein“ ist ein veraltetes Wort für Knochen. Beinwell wurde schon in alter Zeit als Heilkraut verwendet. Beispielsweise nutzte Hildegard von Bingen die Pflanze zur Heilung von Knochenschäden, Wunden und Geschwüren.

Auch bei Verletzungen von Bändern und Sehnen wurde der Pflanze Heilwirkung zugeschrieben.

- **schmerzlindernd**
- **entzündungshemmend**
- **abschwellende Wirkung**

Die Heilwirkung auf die Haut ist auf den Inhaltsstoff Allantoin zurückzuführen, der heute auch in der Kosmetik zahlreiche Anwendungsgebiete gefunden hat. Allantoin bewirkt die Beschleunigung des Zellaufbaus und der Zellbildung.

Orthomolekulare Therapie und Prophylaxe

- antientzündlich: Enzyme - Bromelain, Papain + Omega 3/6 Fette
- Neuralgie, Nerven, Kräftigung: Vitamin-B – Komplex
- Knochen: Vitamin D
- Mineralien: Magnesium, Calcium
- Spurenelemente: Zink, Selen u.a.
- Glucosamin, Chondroitinsulfat, Lysin
- Knorpel aufbauen: L-Methionin und L-Cystein
- Support Muskelaufbau: BCAA verzweigt-kettige Aminosäuren, also Leucin, Isoleucin und Valin und Arginin.
- Entzündungen: hochdosis Vitamin C und bei Degeneration + optional Boswellia Serrata, Curcuma u.a.)



yoga.vidja.wiki.de

Zur Verbesserung & Erhaltung während und nach der Therapie

- Krankengymnastik, umsetzbares Muskelaufbautraining
 - einmal im Monat Massage zur Prophylaxe
 - Yoga und/oder angepasste Dehnübungen
 - Wärme und Kälte Behandlung je nach Indikation
- > Sauna, Fango , Heißluft, Kryotherapie, Salbenverbände
- Progressive Muskelrelaxation, Autogenes Training, Biofeedback
 - Bäder mit Rosmarin, Arnika, Eukalyptus
 - Auf Klimaanlage und Zugluft achten (Wind im Sinne der TCM)
 - Organpräparate , Plasmatherapie oder Hyaluron Kur
 - Wichtig: Entgiftung, Entsäuerung



Download des Skriptes

Sowie von weiteren Vorträgen und
Manuskripten im Fachbereich von
www.dreluso.de



Benutzername: dreluso
Passwort: themen



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Andreas Domes

Heilpraktiker & Krankenpfleger



Murgstraße 2–6

(im Ida Scipio Haus)

68167 Mannheim

Tel. 0621–74 82 468

Bahnhofstraße 15

(im „Blauen Haus“)

69469 Weinheim

0175–4220898

Internet: www.natuma.de

www.facebook.com/Natuma.Mannheim

NATUMA