



Ganzheitliche und ursächliche Therapien

# Chronische **+ Videos** *Schmerzen* verstehen

# Vorwort

Dieses eBook ist ein Leitfaden für Patienten und **Therapeuten, Ärzte, Heilpraktiker und Physiotherapeuten** aus dem Erfahrungsschatz meiner langjährigen Praxis. Es soll kein wissenschaftlicher Bericht sein.

Viele Informationen sind sicher auch im Internet zu finden, aber sie sind ungefiltert und stammen manchmal aus unseriösen Quellen. Deshalb habe ich für Sie die wichtigsten Informationen herausgesucht, gebündelt und in diesem eBook zusammengetragen.

Als Therapeutin habe ich in meiner langjährigen Praxis viele Fragen zu medizinischen Problemen gehört und dem Patienten beantwortet. Einige dieser Fragen greife ich in diesem eBook auf und erkläre sie in einer verständlichen Sprache.

Vielleicht haben Sie als Schmerzpatient die eine oder andere Frage selbst schon an Ihren **Arzt oder Therapeuten** gestellt. Und haben Sie auch wirklich alles verstanden, was Ihr behandelnder Therapeut Ihnen geantwortet hat? Oder waren die medizinischen Erklärungen mit vielen unverständlichen Fremdwörtern gespickt? Wenn ein medizinischer Begriff unklar war, baten mich meine Patienten oft, die Arztberichte zu erklären.

In diesem eBook konnte auch ich leider ein paar Fachwörter nicht vermeiden, sie werden aber erklärt. Wenn Sie neugierig sind, können Sie sich über entsprechende Links, die ich für Sie herausgesucht habe, weiterführende und detailliertere Informationen holen.

Natürlich gibt es sehr viel mehr Therapien, als in diesem eBook vorgestellt werden. Die Therapierichtungen, die ich Ihnen zeigen möchte, sind **Akupunkt-Massage**, Chinesische Medizin, die Behandlung mit Microstrom und die Cell-Regulogie. In meiner Praxis für physikalische Therapie und Naturheilverfahren setze ich vor allem diese Therapierichtungen ein.

Die von mir gegebenen Tipps sind lediglich Behandlungsvorschläge, über die Sie mit Ihrem Arzt oder Therapeuten sprechen können.

Ich wünsche Ihnen viele AHA-Erlebnisse und eine ganzheitliche Gesundheit!



Ihre Autorin Gabriela Schäfer

Übrigens: Wenn ich von Therapeuten, Ärzten oder Patienten spreche, ist es für mich einfacher, immer die männliche Form zu verwenden. Natürlich sind hier auch die weiblichen Therapeutinnen, Ärztinnen und Patientinnen gemeint.

# Wer ich bin

Ich bin Gabriela Schäfer, das älteste von fünf Kindern. Wir drei Schwestern wurden als staatlich geprüfte und anerkannte Masseurinnen ausgebildet und arbeiten noch heute in diesem Beruf. Bis auf zwei Baby-Pausen sammelte ich über 35 Jahre lang Erfahrungen, davon 20 Jahre in eigener Praxis. Dabei konnte ich viele verschiedene Therapieformen erlernen und einsetzen. Als ich 1990 die Akupunkt-Massage kennenlernen durfte, ging für mich eine nie gekannte Tür zur Energetik auf. Davor behandelte ich nur jeweils den Rücken, das Knie, die Schulter, aber nicht den Menschen in seiner Ganzheit, weil ich nichts wusste von Meridianen oder einem Energiefluss in unserem Körper. Im Raum dahinter taten sich viele weitere Türen auf und ich erlernte noch viele verschiedene Therapien. Endlich konnte ich die Menschen ganzheitlicher und mit jedem Schritt durch eine weitere Tür immer ursächlicher behandeln. Inzwischen bin ich auch als Heilpraktikerin tätig und freue mich über jeden Patienten, dem ich ganzheitlich helfen kann.

# Was darf ein Arzt, was ein Therapeut?

In diesem eBook erwähne ich immer wieder die Begriffe Arzt, Heilpraktiker oder Therapeut. Damit ich mit Ihnen auf einer Linie bin, möchte ich noch klären, was ein Arzt, Heilpraktiker und Therapeut kann und was er behandeln darf.

**Ein Arzt**, egal auf welches Gebiet er sich spezialisiert hat, darf untersuchen, eine Diagnose stellen und therapieren. Also ist er auch ein Therapeut. Er darf spritzen und operieren, das bedeutet, er darf mit Instrumenten unter die Haut gehen. Es gibt Medikamente, die **nur** ein Arzt verschreiben darf, also verschreibungspflichtige Medikamente.

**Ein Heilpraktiker** darf untersuchen und eine Diagnose stellen. Er darf ebenfalls mit den jeweilig erlernten Methoden therapieren. Dabei kann er aus einem vielfältigen Therapie-Angebot wählen. Es kann aber auch sein, dass sich der Heilpraktiker nur auf eine Therapierichtung spezialisiert hat, beispielsweise auf Homöopathie. Übrigens darf der Heilpraktiker wie ein Arzt unter die Haut gehen, spritzen oder akupunktieren, aber nicht operieren. Manche Krankheiten darf er nicht behandeln, beispielsweise Infektionskrankheiten. Ebenso ist ihm verboten, Geschlechtskrankheiten zu untersuchen und zu therapieren.

**Ein Physiotherapeut** darf nur auf Anweisung eines Arztes behandeln. Er darf keine Diagnosen stellen, sondern nur befunden. Es ist ein großer Unterschied, ob ich befunde und Ihnen sage, dass Ihr Knie in seiner Bewegung eingeschränkt

ist, oder ob ich eine Diagnose stelle und Ihnen sage, dass Sie Arthrose haben. In vielen Praxen werden zahlreiche Therapien zusätzlich angeboten. Allerdings darf der Therapeut Ihnen ohne Rezept oder Verordnung vom Arzt lediglich Behandlungen anbieten, die zur Gesunderhaltung oder Ihrem Wohlbefinden dienen.

Das Behandlungsgebiet der **Masseure und medizinischen Bademeister** umfasst viele verschiedene Massagetechniken. Mit Fangopackungen oder Elektrotherapie und vielen anderen Techniken ist der Masseur in jedem Fall an eine Verordnung vom Arzt weisungsgebunden. Auch er kann Ihnen zu Ihrem Wohlbefinden Massagen oder andere Behandlungen ohne Verordnung anbieten.

**Ergotherapeuten**, die ebenfalls nur auf Anordnung des Arztes behandeln dürfen, können aus einem großen Therapie-Angebot schöpfen. Mithilfe von Ergotherapie wird der Bewegungsapparat wieder in Schwung gebracht, zum Beispiel nach einem Schlaganfall lernt der Patient wieder alleine zu essen oder sich anzuziehen.

Wenn ich also in diesem eBook vom Arzt oder Therapeuten spreche, sind die oben aufgeführten Therapeuten und Therapeutinnen gemeint. Natürlich gibt es noch viele Berufsgruppen, die für Sie da sind und für Ihre Gesundheit arbeiten, zum Beispiel Arzthelferinnen, Krankenschwestern, Laborantinnen und Pflegerinnen. Sie fallen aber nicht unter den Begriff der Therapeuten und sind hier nicht gemeint.