

# Unsere Denk- und Behandlungsweise am Beispiel des Tennisellbogens

Claudia Maurer

Schmerzen sind anstrengend. Tut es uns irgendwo weh, sind wir mit unserer Aufmerksamkeit meist dort. Es kann frustrierend sein, ein bisschen beängstigend vielleicht, oder einfach mühsam, weil uns die ganze Zeit ein Schmerz begleitet. Sei es am Kopf, im Rücken oder am Ellbogen.

Wir versuchen das schmerzende Gelenk zu schonen und unbedachte Bewegungen zu vermeiden, die den Schmerz verstärken oder einschleichen lassen können. Manchmal hilft nur noch ein Schmerzmittel oder der Gang zum Arzt.

Schmerzen sind Symptome unseres Körpers, die uns auf etwas hinweisen. Sie lassen uns eine Anpassung vornehmen. Sie bremsen uns vielleicht, wir müssen etwas ändern und darauf reagieren.

In der APM Radloff übersetzen wir Symptome wie z.B. Schmerzen allgemein als Flussbedingungsstörungen. Wenn die Lebensenergie Qi nicht frei zirkulieren kann, entstehen Symptome. Das klingt simpel und unverständlich zugleich. Daher möchte ich Ihnen in den folgenden Abschnitten am Beispiel des Symptoms «Tennisellbogen» erläutern, was wir damit meinen und welche Störungen sich in Form eines Tennisellbogens ausdrücken können.

## Flussbedingungen

Die Leitbahnen der Lebensenergie, die Meridiane, überziehen den lebenden Körper wie ein System von Flüssen. Sie sind bei uns im Westen nach Organen benannt und heissen beispielsweise Lungenmeridian, Lebermeridian oder Herzmeridian. Die Meridiane versorgen als Hauptleitbahnen des Qi alle Zellen des Körpers mit Energie.

Wenn das Qi ungehindert zirkulieren kann, sind wir beschwerdefrei und gesund.

Wenn sich eine Blockade im System befindet, dann staut sich die Energie wie das Wasser vor einer Staumauer, und hinter der Blockade läuft der Wasser- beziehungsweise Energiefluss nur geschwächt weiter. Wir sprechen von einer Flussbedingungsstörung.

## Flussbedingungsstörungen

Wenn sich nun ein Ellbogengelenk daumenseitig schmerzhaft zeigt, wenn die Muskelansätze dort entzündet sind oder die Beweglichkeit eingeschränkt ist, dann werden diese Symptome gemeinhin Tennisellbogen oder fachsprachlich Epicondylitis lateralis genannt.

Wenn Sie mit dieser Diagnose zum APM Radloff-Therapeuten gehen, weiss er, dass sich dort eine Energieflussstörung zeigt. Diese Aussage bringt dann natürlich noch nicht viel. Wir müssen herausfinden, weshalb dort eine Flussbedingungsstörung vorliegt. Das kann viele Gründe haben, die wir APM Radloff-Therapeuten systematisch behandeln. In den folgenden Abschnitten versuche ich Ihnen aufzuzeigen, an welche Störungen ihr APM Radloff-Therapeut primär denkt, und welche Denkweise der Behandlung grob zugrunde liegt.

## Störungen der 1. Ebene

Die erste Ebene ist die äusserste Abwehrebene, die Ebene der Gelenke, der Haut, der Muskulatur und der Meridiane. In den ersten Behandlungen widmet sich Ihr Therapeut dieser äussersten Ebene. Die Energie fliesst am Arm vom Rumpf in die Finger durch die Yin-Meridiane und von den Fingern zurück zum Kopf durch die Yang-Meridiane.

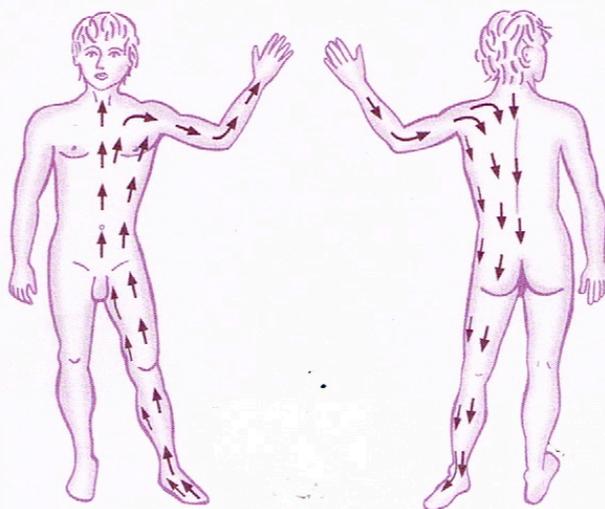


Abbildung 1: Energieflussrichtung

Wenn nach einer Operation oder einem Unfall (z.B. nach einem Sturz) ein Gelenk die Energie blockiert, kann das Qi dort nicht frei durch die Meridiane fließen. Stellen Sie es sich vor wie eine Staumauer. Die Folge ist eine Störung im Fluss der Lebensenergie, und dies zeigt sich irgendwo vor oder nach der Staumauer, beispielsweise am Ellbogen in Form eines Tennisellbogens. Ihr Therapeut findet diese Staumauern und behandelt die Gelenke, die störend wirken. Wenn die Ursache auf dieser Ebene war, werden die Schmerzen im Ellbogen von Behandlung zu Behandlung deutlich nachlassen.

Auch die Wirbelsäule findet Beachtung. Die Nerven, die den Arm versorgen, treten beim Übergang vom Hals- zur Brustwirbelsäule aus. Wenn hier ein Wirbelgelenk blockiert oder die Spannung der lokalen Muskulatur lang hoch ist, dann hat das auch Auswirkungen auf den Arm und somit auf die Entstehung eines Tennisellbogens.

## Störungen der 2. Ebene

Die zweite Ebene ist die Organebene. Die Meridiane, die den daumenseitigen Ellbogen versorgen, sind Dickdarm- und Lungenmeridian. Diese Meridiane stehen mit ihrem gleichnamigen Organ in Verbindung. Auch dort liegen mögliche Ursachen von Störungen, die sich auf dem Meridian z.B. als Tennisellbogen zeigen können.

Einfluss haben können beispielsweise Asthma, Bronchitis, Verwendung von aggressiven Putz- oder Haarfärbemitteln, die die Lunge belasten. Blähungen, Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder Hämorrhoiden reizen den Dickdarm und haben somit einen Einfluss auf den Meridian.

In der energetischen Denkweise gehören aber beispielsweise auch die Trauer und die Fähigkeit sich abzugrenzen zu diesen beiden Meridianen sowie die Ordnungsliebe oder das Hautbild.

Oft muss nicht der Ellbogen, sondern beispielsweise der Darm behandelt werden, damit die Symptome verschwinden.

## Störungen der 3. Ebene

Die dritte und innerste Ebene beinhaltet die Konstitution des Klienten. Die Konstitution zeigt die vererbten Schwächen und Stärken auf, die jedes Individuum mit sich trägt. So kann es sein, dass ein Tennisellbogen Ausdruck einer konstitutionell schwachen Wandlungsphase Metall ist. Metall steht als Überbegriff über Dickdarm- und Lungenmeridian sowie all deren Attribute (die beispielhaft im oberen Abschnitt erwähnt werden). In solchen Behandlungen geht es darum, den Klienten dort zu stützen, wo er seine genetischen Schwächen hat und gemeinsam Strategien zu entwickeln, wie sich der Klient selber helfen kann.

### KLEINES LEXIKON DER ENERGETISCHEN DENKWEISE

<b>Qi</b>	Der Begriff Qi beschreibt die Lebensenergie, die den ganzen Körper versorgt. Er kommt aus der Alten Chinesischen Medizin. Bei uns in der dominierenden Schulmedizin wird das Qi nicht anerkannt, weil es nicht sichtbar gemacht werden kann. Die Wirkung der fließenden Lebensenergie lässt sich gut beobachten und in Behandlungen aufzeigen.
<b>Meridian</b>	Leitbahn der Lebensenergie. Ein Meridian stellt die Verbindung der Akupunkturpunkte dar, die das Qi durch das Lebewesen hindurch leiten und alle Zellen damit versorgen.
<b>Akupunkturpunkt</b>	Auf dem Körper liegende Punkte, die eine Schleusenfunktion für den Fluss des Qi haben. Sie ermöglichen beispielsweise den Energie-Austausch zwischen zwei Meridianen, oder haben eine spezifische Funktion auf den Körper. 70% aller Triggerpunkte liegen auf wichtigen Akupunkturpunkten.
<b>Flussbedingungen</b>	Wenn das Qi ungehindert durch den Körper fließen kann, ist der Mensch gesund und beschwerdefrei.
<b>Flussbedingungsstörung</b>	Verschiedene Störungen können dazu führen, dass bestimmte Akupunkturpunkte blockiert sind, dass die Energie Qi nicht frei durch die Meridiane fließen kann und dadurch Symptome entstehen. Diese gilt es zu finden und zu behandeln, damit die bestehenden Beschwerden verschwinden.

## Fazit

Nehmen Sie Ihre Symptome ernst. Symptome sind die Sprache Ihres Körpers, der Sie freundlich (oder mit der Zeit nicht mehr ganz so freundlich) darauf hinweist, dass Sie etwas ändern sollen. Merken Sie sich auch, dass das Symptom eine Art Warnlampe ist. Ähnlich wie in Ihrem Auto zeigt uns diese Warnlampe nur, dass irgendwo im Körper ein Problem besteht.

Ihr schmerzender Ellbogen kann eine solche Warnlampe sein. Vielleicht weist er Sie darauf hin, dass die Energie dort nicht fließen kann. Dem zugrunde kann beispielsweise ein gereizter Darm liegen (oder eine andere Störung in einer der drei oben erwähnten Ebenen).

Wir sind uns solche Aussagen nicht gewohnt. Zusammenhänge zwischen Gelenken und Organen werden in der

Schulmedizin nicht beachtet. Auch sprechen wir selten mit unseren Bürokollegen über unsere Verdauung. Wir erzählen nicht von unseren Blähungen, Durchfällen oder Verstopfungen. Dadurch werden diese Art von Symptomen selten beachtet und als Warnlampe verstanden.

Wenn jedoch der Ellbogen schmerzt, können wir in unserer westlichen Welt darüber reden. Und vielleicht finden Sie so auf Empfehlung einen für Sie passenden Therapeuten der APM Radloff, der Ihnen die beschriebenen Zusammenhänge individuell erklärt und behandelt. Und wenn dadurch nicht nur der Schmerz im Arm, sondern auch der stinkende Durchfall verschwindet, sind Sie ihm sicherlich auch nicht böse.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg