



NEWSLETTER

Physioteam Neuenhof und Affoltern

Physiotherapie

Osteopathie

Bioresonanz

Lymphdrainage

Trainingstherapie

Schwermetalluntersuchung

*Mineralstoffwechsel-
analyse*

Orthomolekulare Medizin

Rückenschmerzen?

Dieser Newsletter richtet sich an Patienten, welche immer wieder Beschwerden im Rücken haben.



Wenn Sie eine der folgenden oder ähnlichen Situationen kennen, dann braucht Ihr Rücken allenfalls einen Therapeuten:

Sie liegen abends im Bett und als erstes denken Sie: Oje mir tut alles weh! Oder Sie stehen morgens auf und fühlen sich älter als das sie eigentlich sind?

Schmerzen sind nicht nur unangenehm, sondern auch Besorgnis erregend. Man möchte wissen, was dahinter steckt.

Häufige Ursachen sind: Überlastung oder Ungleichgewicht im Bereich der Muskeln, Sehnen und Gelenke.

Glücklicherweise handelt es sich bei Rückenschmerzen selten um gefährliche Krankheiten. In den meisten Fällen verschwinden die Schmerzen von selber wieder. Oft hilft auch Bewegung, wenn der Schmerz es erlaubt.

Wichtig zu wissen: Wenn Sie Rückenschmerzen haben, heisst das nicht gleich, dass Sie einen Rückenschaden haben. Oft können Beschwerden durch Aufklärung und Anleitung eines Therapeuten aufgehoben und vorgebeugt werden.

Interessant ist auch die Sichtweise der Osteopathen. Durch Blockaden im Bereich der Wirbelsäule kann eine irritierte Nervenversorgung die Organe beeinflussen. Das führt zu funktionellen Beschwerden im Bereich des Bauches. Auf lange Zeit können sich unter anderem Beschwerden wie Verstopfung, Sodbrennen, Blähungen



Physiotherapie

Osteopathie

Bioresonanz

Lymphdrainage

Trainingstherapie

Schwermetalluntersuchung

*Mineralstoffwechsel-
analyse*

Orthomolekulare Medizin

usw. manifestieren.

Kopfschmerzen werden ebenfalls oft durch Probleme der Wirbelsäule ausgelöst. Typische Beschwerden entstehen nach Skiunfällen. Fällt man auf das Gesäss, so kann sich die Stauchung vom Steissbein bis zu den obersten Wirbel der Halswirbelsäule hochziehen.

Nicht zu unterschätzen sind auch Mangelercheinungen von Vitamin D. Diese sind in unseren Breitengraden oft verbreitet, was bei unserem Wetter nicht wunderlich ist. Vitamin D Mangel kann ebenfalls Nacken und Rückenschmerzen verursachen.

Fühlt sich Ihr Rücken angesprochen? Gerne beraten wir Sie persönlich und unterstützen Sie bei Ihren Problemen: Telefon 056/406 10 01 (Neuenhof) oder 044/372 10 01 (Zürich Affoltern).

Weitere Informationen über unsere Behandlungen finden Sie auf unserer Homepage:

www.physioteamneuenhof.ch