

PHYSIOTHERAPIE WIRKT

MARTIN STEINER*



Die Wirbelsäule als Ursache für Kopfschmerzen

Ich habe öfters Kopfschmerzen. Kann das an meiner Wirbelsäule liegen?

MARTIN STEINER: Kopfschmerzen können viele Ursachen haben. Nicht immer gelingt es, dem Schmerz gleich auf den Grund zu gehen und diesen gezielt zu behandeln. Deshalb ist es, bei Kopfschmerzen besonders wichtig, eine genaue Untersuchung unter Berücksichtigung aller Faktoren zu veranlassen.

Um zu erkennen, um welche Form von Kopfschmerz es sich handelt, ist die Mitarbeit des Patienten ausschlaggebend. Die Behandlung von Migräne ist zum Beispiel eine andere als bei Spannungs- oder Clusterkopfschmerzen.

Patienten, die mit Kopfschmerzen in die Physiotherapie kommen, haben in den meisten Fällen schon viele Therapien und Untersuchungen hinter sich. Meistens führt auch nicht nur eine Ursache zu diesen Beschwerden. Ein Physiotherapeut ist in der Lage, aufgrund der Symptome festzustellen, um welche Form

von Kopfschmerz es sich handelt.

Einer der häufigsten Gründe für Kopfschmerzen ist allerdings die Disharmonie der einzelnen Muskelgruppen. Diese wiederum entstehen durch Stress, monotone Bewegungsabläufe und Fehlstellungen und Blockierungen von Wirbelgelenken. Die Wirbelsäule ist also sehr oft die Ursache für Kopfschmerzen. In diesem Fall beschäftigt sich der Physiotherapeut auch mit bestimmten Verhaltensmustern des Patienten, um dauerhafte Besserung zu erzielen.

Ihr Physiotherapeut wird Ihnen dabei helfen und mit gezielten Techniken Blockierungen lösen und eine Harmonie im Bewegungsablauf und der Muskulatur herstellen. Eine gezielte Physiotherapie in Verbindung mit einer Verhaltensänderung reicht oft aus, um das gewünschte Ziel der Schmerzfreiheit zu erreichen.

Mein Tipp: Ziehen Sie den Boden dem Stuhl vor – wann immer es geht!

** Martin Steiner ist Freiberuflichenvertreter aller Physiotherapeuten in Vorarlberg.*

Wertvolle Technik geben Sie in die Hände von Spezialisten.



Weitere Informationen:

Martin Steiner
Freiberuflichenvertreter Vorarlberg

Ludwig de Meyer
Vertriebschef