



Sonderdruck

aus 2_2010

**ZEITSCHRIFT FÜR
PHYSIOTHERAPEUTEN**

PRAXIS

FROZEN SHOULDER

**Störungen am Bewegungsapparat
und ihre Auswirkungen
auf Organe und Meridiane**

Ingrid Krause



OFFIZIELLES ORGAN DES DEUTSCHEN VERBANDES
FÜR PHYSIOTHERAPIE – ZENTRALVERBAND DER
PHYSIOTHERAPEUTEN/KRANKENGYMNASTEN
(ZVK) E.V. – WWW.ZVK.ORG



Pflaum Verlag

www.physiotherapeuten.de

Frozen shoulder

Störungen am Bewegungsapparat und ihre Auswirkungen auf Organe und Meridiane **Ingrid Krause**

AUF EINEN BLICK

Zwischen den Organen und den Meridianen besteht eine Wechselbeziehung, weshalb Störungen im Energiefluss der Meridiane sich möglicherweise auf Organtätigkeiten, Gelenkfunktionen und den Stoffwechsel auswirken. Aber auch Organirritationen können Bewegungseinschränkungen und Gelenkschmerzen verursachen. Am Beispiel der frozen shoulder, einer schmerzhaften Schultergelenkerkrankung, werden Ihnen in diesem Beitrag die energetischen Zusammenhänge und ganzheitlichen Therapieschritte erläutert.

»Das Energiekreislaufsystem ist sämtlichen Körper- und Organsystemen regulativ übergeordnet!« Dieser Leitspruch aus der Akupunkt-Massage (APM) nach Penzel hat auch seine Gül-

tigkeit in der Traditionellen Chinesischen Medizin. Über das energetische Netzwerk, die Meridiane, werden die physiologischen Abläufe im Organismus gesteuert.

Meridiane im Schulterbereich

Die Schulter wird im ventral / kaudalen Bereich von drei Yin-Meridianen versorgt: Herz, Kreislauf-Sexus und Lunge (Abb. 1). Die dorsalen und kranialen Schulteranteile liegen im Versorgungsbe- reich der Yang-Meridiane (Abb. 2): Dick- darm, Dreifach-Erwärmer und Dün- n- darm. Durch seinen Verlauf im Bereich des M. deltoideus ist der Dreifach-Erwär- mer-Meridian (siehe Glossar) bei sämt- lichen Bewegungen der Schulter beteiligt.

Krankheit ist eine Energieflussstö- rung, so Penzels Worte. Auch die frozen shoulder ist somit Ausdruck eines ener- getischen Problems. Der Schmerz hat eine Signalfunktion und gibt selten Aus- kunft über die tatsächliche Krankheits- ursache! Die Hauptproblematik des Patienten, in diesem Falle die schmerz- hafte Schulter, wird energetisch befunde- t. Die Therapie erfolgt bei der APM

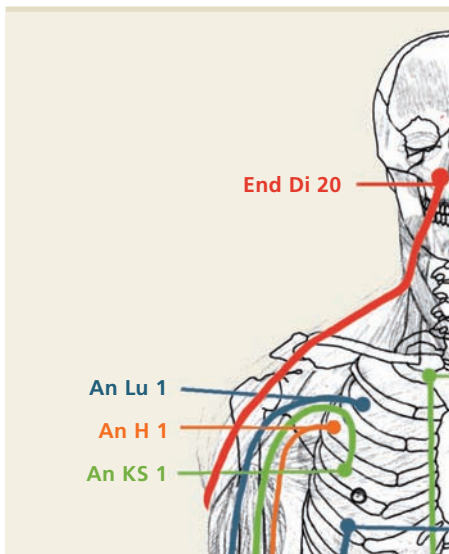


Abb. 1_Energetische Versorgung der Schulter ventral

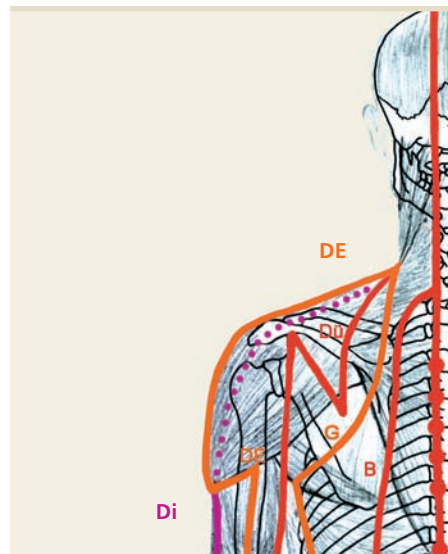


Abb. 2_Energetische Versorgung der Schulter dorsal

nach Penzel aus ganzheitlicher Sicht, um die lokalen Störungen an der Schulter, die Fernstörungen am Bewegungsapparat allgemein und die Organbeeinträchtigung zu beeinflussen.

Test über die Kardinalpunkte

Bei der APM nach Penzel testet man zunächst die betroffene Schulter. Beruht der Schmerz auf einer Energiefülle oder einem Energiemangel? Um eine Meridiangruppe zu befunden, nutzt man beispielsweise die Funktionen der beiden Kardinalpunkte Lu 7 und Dü 3 (Abb. 3).

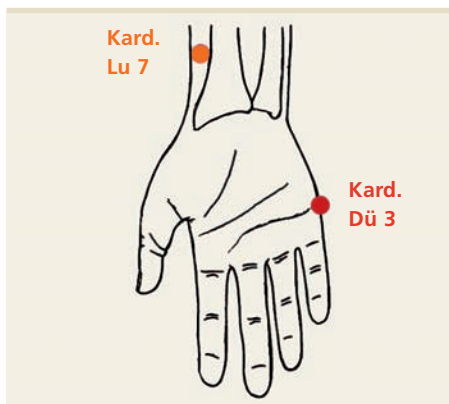


Abb. 3_Lage der Kardinalpunkte Lu 7 und Dü 3: der Punkt Lu 7 liegt 2,5 Querfinger proximal der distalen Handgelenksfurche, im distalen Epiphysenwinkel des Radius; der Punkt Dü 3 liegt auf der Handkante, am Beginn der Herzlinie, auf Höhe des distalen Epiphysenwinkels des 5. MHK

Tonisiert man Lu 7, den Kardinalpunkt des Konzeptionsgefäßes, werden über die Nebengefäße die ventrale Mitte und indirekt sämtliche Yin-Meridiane mit Energie geflutet. Der tonisierende Reiz auf dem übergeordneten Gefäß des Yin wirkt sedierend auf das Gouverneurgefäß und das Yang-Versorgungsgebiet.

Analog dazu wirkt der Kardinalpunkt des Yang, Dü 3, tonisierend auf die dorsale Mittellinie und somit auch auf die Yang-Meridiane. Dem Konzeptionsgefäß und Yin-Versorgungsgebiet wer-

den mit dem Kardinalpunkt Dü 3 Energie entzogen.

Bei einseitigem Schmerz und / oder Bewegungseinschränkungen erfolgt der tonisierende Reiz zunächst kontralateral.

Wie verändert sich der Schmerz?

Verbessert sich die Bewegung und / oder lässt der Schmerz rechts nach dem tonisierenden Reiz von Lu 7 links nach, beruht die Problematik auf einer Energiefülle in den versorgenden Yang-Meridianen der Schulter.

Die Yin-Meridiane der Schulter rechts testet man mit dem Punkt Dü 3 links. Verbessert sich der Schmerz nochmals, lautet der Befund: Die Schulter rechts ist in ihren Yin- und Yang-Meridianen energievoll. Lässt sich der Schmerz durch den Kardinalpunkt Dü 3 nicht beeinflussen, sind die Yin-Meridiane, die die Schulter versorgen, nicht betroffen. Verschlimmert sich eventuell der Schmerz nach dem tonisierenden Reiz von Dü 3, weist dies auf einen Energiemangel der Yin-Meridiane der betroffenen Schulter hin.

Testaussagen und Therapiemöglichkeiten

Test A

Die Kardinalpunkte Lu 7 und Dü 3 links haben den Ausgangszustand der rechten Schulter verbessert.

Befund: Die Schulter rechts befindet sich in einem Energiefüllezustand.

Therapie: Spannungsausgleich-Massage links. Im Rahmen der APM-Behandlung werden alle Meridiane links, in der vorgegebenen Reihenfolge des Energiesterns (Abb. 4), sanft angeregt. Man streicht dabei mit dem Massagestäbchen so lange im Verlauf der einzelnen Meridiane, bis man auf der Haut eine klare rote Linie erkennt.

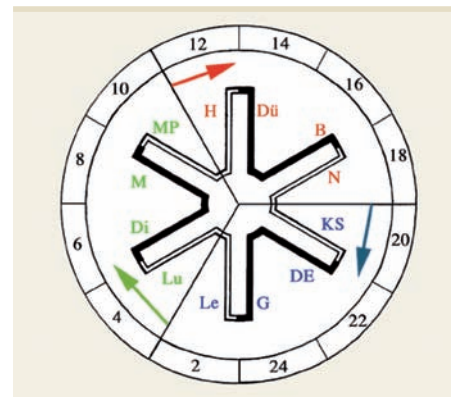


Abb. 4_Energiestern

Test B

Der Kardinalpunkt Lu 7 links hat den Schmerz gelindert, Dü 3 links brachte keine Veränderung.

Befund: Die Yang-Meridiane der Schulter rechts befinden sich in einem Fülle-zustand.

Therapie: Spannungsausgleich-Massage ventral. Hierbei werden sämtliche Yin-Meridiane sanft stimuliert.

Test C

Der Kardinalpunkt Lu 7 links verschlechtert die Bewegungseinschränkung, Dü 3 links verbessert den Schmerz.

Befund: Die Yang-Meridiane der Schulter haben einen Energiemangel, die Yin-Meridiane sind in einem Energiefüllezustand.

Therapie: Spannungsausgleich-Massage dorsal.

Therapie

Bei der APM nach Penzel erfolgt der tonisierende Massagereiz entlang der Meridiane, die einen Energiemangel aufweisen. Bei der Behandlung soll sich nach mehrmaligem Überstreichen des Meridians eine klare rote Linie abzeichnen. Die Spannungsausgleich-Massage nach Befund ermöglicht dem gesamten Körper eine Regulation seines gestörten Energiehaushaltes.

Die gezielte Meridianbehandlung ist der stärkste und effektivste Reiz, den die APM nach Penzel anbieten kann. Neben der direkten Schmerzbeeinflussung werden zusätzlich der Bewegungsapparat und sämtliche Organfunktionen angesprochen.

Diese Grundregulation im Energiehaushalt des Körpers spürt der Patient in Form von vermehrter Ausscheidung, wechselnder Wärme- und Kälteempfindungen, aber auch wechselnder Schmerzzustände. Im Zweistundenrhythmus »schwappt«, bildlich gesprochen, eine Energiewelle durch den Körper, die den Energiehaushalt neu reguliert, denn letztendlich sollen sich Energiefülle- und Energiemangelzustände ausgleichen. Dieser sogenannte Ebbe-Flut-Effekt aktiviert die Selbstheilungskräfte des Körpers und ist der beste Helfer der Meridianmassage!

Die Wechselbeziehung zwischen Organ und Meridian

Verblassen auch nach mehreren Behandlungen die Meridianabschnitte am Unterbauch sehr schnell und spürt man eine deutliche Kälteabstrahlung, dann kann man davon ausgehen, dass sich in diesem Bereich eine weitere Energieflussstörung befindet. Ein Energiemangel im Unterbauch, im Versorgungsbereich des Unteren Erwärmers, kann eine Energiefülle im Verlauf des Drei-Erwärmer-Meridians verursachen.

Kälte im Unterbauch

Hinterfragt man diese Kälte im Unterbauch, erhält man häufig als Antwort: chronische Verstopfung, Durchfall, Blasenprobleme und bei Frauen Menstruationsstörungen. Manchmal muss man nochmals gezielt nachfragen, um die

Informationen über eine vaginal durchgeführte gynäkologische Operation, einen rektal vorgenommenen Eingriff im Darmbereich oder über Prostataprobleme zu erhalten.

Testung des energetischen Organzustandes

In diesem Fall empfiehlt es sich, die einzelnen Organe im Bereich des Unterbauches zu überprüfen. Mit etwas Übung lässt sich der energetische Zustand der Organe über die klassische chinesische Pulsdiagnostik, den Pulstest nach Nogier (siehe Glossar) (vaskuläres autonomes Signal), über die Reflexzonen in der Concha des Ohres oder mittels kinesiologischer Verfahren testen. Der Energiemangel im Organ bedingt an der entsprechenden Zone in der Concha ein taubes Hautgefühl, beim Nogier-Test am Radialis-Puls verändert sich der Scheitelpunkt der Pulswelle und an der klassischen chinesischen Pulstaststelle ist der Puls kaum spürbar.

Punktbehandlung

Befindet sich der Dickdarm beispielsweise in einem Leerzustand, therapiert man gemäß der Lehre der Fünf-Wandlungsphasen wie folgt: Auf dem Dickdarm-Meridian den Erd-Punkt, Di 11, den Feuer-Punkt, Di 5 und den Metall-Punkt, Di 1, tonisieren. Falls erforderlich, auf dem Dickdarm-Meridian den Wasser-Punkt, Di 2, und den Holz-Punkt, Di 3, sedieren. Zusätzlich kann man mit Moxakraut den Dickdarm-Alarmpunkt, M 25, und den Dreifach-Erwärmer-Alarmpunkt, KG 5, sanft erwärmen.

Ergänzend zur Punktbehandlung wird in der APM nach Penzel der gesamte Unterbauch in der Nachruhe mit niederfrequentem Strom unterschwellig durchflutet. Der Patient kann die Therapie durch ein ansteigendes warmes Fußbad unterstützen.

Zusammenspiel von Fehlstellungen und Organirritationen

Sowohl die Leere im Unterbauch als auch die Fülle der Schulter kann durch eine Blockade im Kreuz-Darmbein-Gelenk verursacht sein. Somit wird bei einer Behandlungsserie mit APM nach Penzel auch die gesamte Statik des Körpers überprüft.

Auswirkungen einer Beckenfehlstellung

Eine Kreuz-Darmbein-Gelenk-Blockierung bedingt eine Beckenfehlstellung, wodurch die Basis der Wirbelsäule, das Kreuzbein, seine Lage verändert. Auf dieser schiefen Ebene des Kreuzbeines müssen sich die einzelnen Wirbel so ausrichten, dass der Kopf möglichst in seiner Mittelposition bleibt. Es kommt zu einer idiopathischen Skoliose und einer weiteren Energieflussstörung im versorgenden Meridian der Wirbelsäule, dem Blasen-Meridian. Mit sanftem Rollschwingen und einem gezielten energetischen Ausgleich über den Blasen-Meridian lässt sich die Blockierung behandeln.

Auf dem inneren Ast des Blasen-Meridians befinden sich die Zustimmungspunkte (Abb. 5), die einen direk- >>>

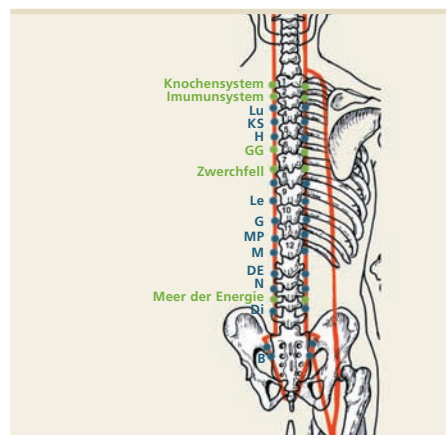


Abb. 5 Zustimmungspunkte auf dem inneren Ast des Blasen-Meridians

ten Einfluss auf das entsprechende Organ haben. Viele Organirritationen beruhen auf Wirbelfehlstellungen!

Manuelle Wirbelkorrektur

Nach der energetisch-physiologischen Behandlung der Kreuz-Darmbein-Gelenke erfolgt die sanfte Beeinflussung der einzelnen Wirbel. Man palpiert das Periost der Dornfortsätze. Auf der druckschmerzhaften Seite, zu der sich häufig auch der Wirbel gedreht hat, befindet sich der Energiefüllzustand, kontralateral ertastet man üblicherweise den Energiemangel.

Die Therapie erfolgt über ein Punkte-raster auf der energieleeren Seite. Eventuell wird auch der Zustimmungspunkt tonisiert. Die beiden Dickdarm-Zustimmungspunkte, B 25 rechts/links, zwischen 4. und 5. Lendenwirbel, sind häufig in einem energetischen Ungleichgewicht und zusätzlich einseitig durch eine Bandscheibenprotrusion gereizt. Da sich in unserem Beispiel die Problematiken sowohl im Meridian Dreifach-Erwärmer als auch im Versorgungsbereich des Unteren Erwärmers zeigen, wird auch der Zustimmungspunkt des Dreifach-Erwärmers, B 22, getestet.

Behandlung der HWS

Bei einseitigen Schulterschmerzen muss man besonders aufmerksam die Halswirbelsäule testen. Sowohl Bewegungseinschränkungen im HWS-Bereich als auch Wirbelfehlstellungen können die schmerzhafteste Schultersteifigkeit bedingen.

In der Behandlung der Halswirbelsäule ist der Halskreuzungspunkt sehr hilfreich. Er befindet sich in Höhe des sechsten Halswirbelkörpers, ventral des M. trapezius und dorsal des M. sternocleidomastoideus. Ist der Halskreuzungspunkt druckdolent, wird er lokal sedierend behandelt, kontralateral wird er tonisiert.

Mit sanften Eigenbewegungen in die schmerzfreie Bewegungsrichtung lassen sich die Wirbelfehlstellung und der Spannungsschmerz zusätzlich beeinflussen.

Therapie lokaler Punkte

Sehr effektiv kann nach einer umfassenden energetischen Grundregulation zusätzlich die Therapie lokaler Punkte sein. Man kombiniert hierbei die Beziehung der korrespondierenden Gelenke mit den Wetterwaldschen Punkten (siehe Glossar), abgestimmt auf den energetischen Tagesbefund.

Die Hüfte ist das korrespondierende Gelenk der Schulter (Abb. 6). Befindet sich

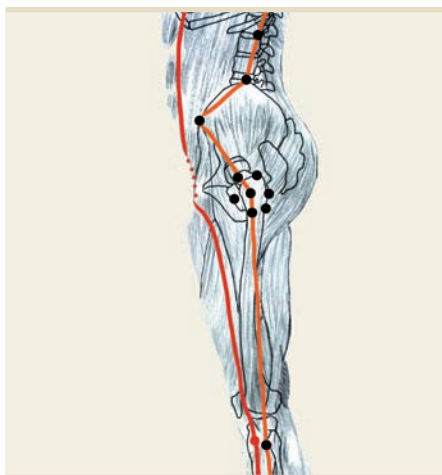


Abb. 6_Wetterwaldsche Punkte der Hüfte auf dem Gallenblasen-Meridian

die gesamte Schulter in einem Energiefüllzustand, tonisiert man kontralateral die Wetterwaldschen Punkte der Hüfte, eventuell zusätzlich alle Wetterwaldschen Punkte der nicht betroffenen Schulter.

Bei Restschmerzen und / oder endgradigen Bewegungseinschränkungen überprüft man zunächst die Schulter mithilfe von zwei bis drei Punkten auf einer gedachten Linie Schulterhöhe – hintere Axillarfalte bzw. Schulterhöhe – vordere Axillarfalte. Verbessert sich die Schulterbeweglichkeit nach dem tonisierenden Reiz ventral, erfolgen die weite-

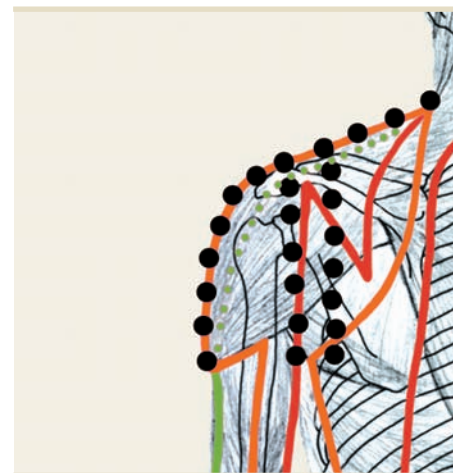


Abb. 7_Wetterwaldsche Punkte der Schulter im Yang-Bereich

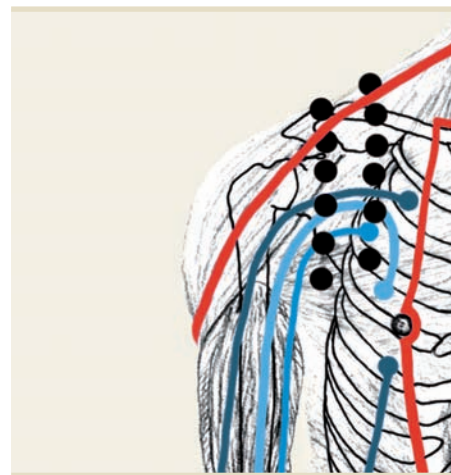


Abb. 8_Wetterwaldsche Punkte der Schulter im Yin-Bereich

ren Wetterwaldschen Punkte nur nach ventral. Analog dazu werden nur die Punkte im Yang-Versorgungsbereich (Abb. 7) aktiviert, wenn die Testpunkte nach dorsal eine Verbesserung der Problematik bewirkten.

Sind, wie in unserem Beispiel, nur die Yang-Anteile der Schulter betroffen, erfolgt der tonisierende Reiz im Yin-Bereich der erkrankten Schulter (Abb. 8).

>>>

Zusammenfassung

Über die Meridiane ist der gesamte Körper vernetzt. Eine Störung im Fließgleichgewicht der Energie kann somit eine Vielzahl von Erkrankungen zur Folge haben oder ursächlich sein.

Unabhängig von der Pathogenese sollte der Lehrsatz von Willy Penzel »Krankheit ist eine Energiefluss-Störung« das Leitkriterium der Behandlung sein. Bei der APM nach Penzel steht an erster Stelle der Energiefluss und somit die energetische Grundregulation über das gesamte Meridiansystem. In zweiter Linie werden Störungen im Energiekreislaufsystem beseitigt.

Auch wenn der Schmerz der Hauptindikator für Energiefülle und Energie-

mangel darstellt, wird nur selten dort therapiert, wo sich der lokale Schmerz zeigt. -

ABBILDUNGEN

Alle Grafiken des Beitrags von der Europäischen Penzel-Akademie



INGRID UTA KRAUSE

Heilpraktikerin seit 1993. Referentin und Lehrbeauftragte zum Themenkreis AKUPUNKT-MASSAGE nach Penzel bei zahlreichen medizinischen Veranstaltungen und Kongressen und 2. Vorsitzende des Internationalen Therapeutenverbandes AKUPUNKT-MASSAGE nach Penzel e.V. seit 1989.

Kontakt: ingrid.krause@apm-penzel.de



LITERATUR

Quellen (1) bis (8) unter:

www.physiotherapeuten.de/exclusiv/archiv/2010/pt02_krause_literatur.pdf



EUROPÄISCHE
PENZEL-AKADEMIE®
AKUPUNKT-MASSAGE nach Penzel
Medizinische Fortbildungen

Willy-Penzel-Platz 1-8 • D-37619 Heyen bei Bodenwerder • Tel.: +49 (0) 55 33/97 37-0 • www.apm-penzel.de

Professionalität und ständige Weiterbildung erhalten den ausgezeichneten Qualitätsstandard in der Medizin.

Physiotherapeuten/innen und Masseur/innen arbeiten mit ihren Patienten über einen längeren Zeitraum eng zusammen. Dabei suchen Sie gemeinsam auch nach komplexeren Therapien. Seit 35 Jahren garantiert die Europäische Penzel-Akademie im deutschsprachigen Raum höchsten Standard in der medizinischen Weiterbildung.

Dies wurde durch die Zertifizierung unseres Hauses als anerkannter Weiterbildungsträger nach AZWV (Agentur für Arbeit) 2009 bestätigt. Für die APM-Ausbildung wird zudem in den meisten Bundesländern Bildungsurlaub gewährt.

Ein ausgefeiltes Konzept zur Wirbelsäulen- und Gelenkbehandlung, Meridian-Therapie und nicht-invasive Akupunkturtechniken sind wesentliche Bestandteile der AKUPUNKT-MASSAGE nach Penzel. Die APM verbindet wichtige Bereiche westlicher und östlicher Medizin miteinander.

Unsere Kurse finden in Deutschland, Österreich und der Schweiz statt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihre Europäische Penzel-Akademie



APM-Ausbildungsinhalte:

- Meridianmassage
- Energielehre
- Akupunkturpunkte
- Narbenpflege
- Wirbelsäulentherapie
- Gelenkmobilisation
- Ohr-Befunderhebung

Wir bescheinigen **Fortbildungspunkte** für die Inhalte der APM-Ausbildung.

APM-Förderung in Deutschland:

- **Förderung durch die Arbeitsagenturen mit Bildungsgutscheinen nach AZWV**
- durch die Integrationsämter nach dem § 24 Schwerbehinderten-AV
- durch die Kreiswehersatzämter
- durch die Aktion BildungsSchEck (NRW)
- Bildungsurlaub in den meisten Bundesländern