

# Faszien und Schmerzen

## Wie verursachen Faszien Schmerzen?

23. April 2015

Dr. Petra Bracht



Seit einigen Jahren tut sich viel in der Faszienforschung. Durch die von uns entwickelte neue Schmerztherapie bin ich darin stark involviert und zugleich begeistert, wie modernste Forschung über das Bindegewebe, aus dem die Faszien bestehen, völlig neue Zusammenhänge entdeckt. Diese Forschung bestätigt auch das neue Erklärungsmodell für die meisten derjenigen Schmerzen, die heute am häufigsten auftreten. Es beschreibt, dass die meisten Schmerzzustände durch zu hohe Zugspannungen in Muskeln und Faszien entstehen. Die Knorpel der Gelenke und der Wirbelsäule werden dadurch zu hoch belastet. Um drohenden Verschleiß zu verhindern, stoppt der Körper durch vom Gehirn erzeugte Schmerzen (Alarmschmerzen) schädigende Bewegungen.

Bis vor einigen Jahren war in der Medizin nicht bekannt, dass auch in den Faszien Zellen existieren, welche sich verkürzen können. Diese Zellen ziehen sich zusammen, wenn die Flüssigkeit, die alle Faszien und Zellen umgibt, übersäuert. Dies ist eines der neuesten Forschungsergebnisse aus dem Bereich der Faszien. Gleichzeitig wird das Faszienetz, das Sie sich wie ein dreidimensionales Spinnennetz vorstellen können, permanent umgebaut. Der Umbauplan richtet sich nach den Bewegungen unseres Körpers, die wir im Alltag, Beruf, Sport und Hobby durchführen. Nutzen wir unsere Bewegungsmöglichkeiten, die genetisch durch Gelenk- und Bandkonstruktionen vorgegeben sind, nicht oder nur unvollständig, bauen spezielle „Spinnen-Zellen“ Faszienetze, die kürzer werden als eigentlich notwendig.

Diese kürzer gewobenen Faszien sind verfilzt und unflexibler. Dadurch erhöhen sie massiv die Belastung auf Wirbelsäule und Gelenke. Zusätzlich ziehen sich aufgrund ungünstiger Ernährung, aber auch durch Stress, psychische Traumata und Umweltbelastungen wie Elektrosmog die kontraktilen Zellen in den Faszien zusammen. Sie sind im wahrsten Sinne des Wortes sauer geworden oder, wie wir sagen würden: übersäuert.

Dadurch verstärkt sich zusätzlich die Belastung der Knorpel in Gelenken und Wirbelsäule. Der Körper reagiert mit zunehmend größerer Unbeweglichkeit. Immer schlimmere Schmerzen, Arthrose, Bandscheibenschäden, Nervenreizungen, Lymphstau sowie einschlafenden Händen und Füßen sind die Folge.

Schmerzmittel, Spritzen und schließlich Operationen wie Nervendurchtrennungen oder künstliche Gelenke und Bandscheiben sowie Versteifungen der Wirbelsäule ändern nichts an diesen viel zu großen muskulär-faszialen Spannungen. Mit zunehmendem Alter werden sie auch noch immer schlimmer. Die einzige natürliche und dauerhaft wirksame Lösung besteht in der Normalisierung dieser zu großen Kräfte. Mit einer so wirkenden Therapie und entsprechenden Engpassdehnungen kann schon in sehr kurzer Zeit eine deutliche Reduzierung der Schmerzen erreicht werden – auch wenn Schädigungen bereits vorliegen.

