

## Meine Erfahrungen mit Lasertherapie

Dienstag, 11. Mai 2010 Eugen Pletsch

---

GolferInnen, die intensiv trainieren, um ihre sportlichen Ziele zu erreichen, werden früher oder später an ihre körperlichen Grenzen gelangen. Wenn Gott gewollt hätte, dass wir täglich 200 Pitches, 200 Bunkerschläge und 500 Bälle schlagen, dann hätte er uns den Golfschläger am Arm anwachsen lassen oder zumindest jene Sehnen, Knorpel und Gelenke gestärkt, die allzu gerne verschleißen. Körperliche Beschwerden entstehen aber weniger durch zu viel Training, sondern eher durch falsche oder einseitige Belastung. Den Schläger zu fest halten führt dazu, dass sich Hände, Arme und Rückenmuskulatur verspannen bzw. verhärten. Dem Aufwärmen wird wenig Beachtung geschenkt und nach dem Training ist anstatt Stretching, Ölmassagen und Basenbädern eher ein Weizenbier angesagt. Wenn die Beschwerden dann stärker werden, greifen viele zur Schmerzsalbe oder sogar zu Schmerzmitteln. Wie ich hörte, spielen viele ältere GolferInnen grundsätzlich mit Voltaren gedopt. Was das aber für die Leber bedeutet, finden Sie auf dem Beipackzettel. Degenerative Prozesse sind im erheblichen Maß aber auch auf einen gestörten Zellstoffwechsel zurückzuführen. Was wollen Sie von einer genussorientierten Nahrungszufuhr erwarten, in der Sie Mengen leerer Kohlehydrate finden, aber lebenswichtige Mikronährstoffe wie die Stecknadel im Heuhaufen suchen? Prächtig gedüngt wird der Nährboden für unsere „Zivilisationskrankheiten“ und Verschleißerscheinungen z.B. durch Kohlensäure in den ohnehin zu sparsam verwendeten alkoholfreien Getränken, sowie durch Stress und Missmut.

### Der Softlaser

Bei akuten Schmerzen (Golfer-Ellbogen) empfiehlt der Arzt Spritzen, Eis, Salben und Bandagen. Wenn das nicht hilft und Ihr golfbegeisterter Hausarzt auch nicht weiter weiß, weil er seine eigene Epicondylitis nicht in den Griff bekommt, führt uns der Weg gewöhnlich in eine Akupunkturpraxis. Falls der Akupunkteur ordentlich arbeitet, kann man bald mit Erfolgen rechnen. Nun sind Nadeln nicht jedermanns Sache und wir wissen heutzutage, dass Patienten weniger Heilungschancen haben, wenn sie eine Behandlungsmethode fürchten. Ich, zum Beispiel, meide die Nadel, wie mein Ball das Loch, weshalb ich (wie Kinder, Senioren und Warmduscher) froh bin, wenn mein Therapeut einen Softlaser anstatt der Nadel benutzt.

Das Wort Laser bedeutet "Light Amplification Stimulated Emission of Radiation", auf Deutsch: eine energiereiche, stark gebündelte Lichtquelle, die in vielen Bereichen der Medizin angewandt wird. Der Low-Level- oder Soft-Laser, wird für therapeutische Behandlungen eingesetzt. Die Laserdioden emittieren monochromatisches, kohärentes Licht im Infrarot A-Bereich bei einer Wellenlänge von 785 nm, was immer das bedeuten mag. Im Gegensatz zu chirurgischen Lasern handelt es sich bei Softlasern um Geräte, die im Milliwatt-Bereich arbeiten und keine Verletzungen durch Hitzeeinwirkung hervorrufen. Solche Softlaser werden anstatt einer Nadel benutzt, um ausgewählte Behandlungspunkte und -flächen mit Laserlicht zu stimulieren. Im Organismus entsteht ein Heil- oder Regulationsreiz, auf den das Immunsystem positiv reagiert. Der Softlaser kann aber auch ohne Akupunktur-Kenntnisse eingesetzt werden, indem man die so genannten „DAWOS-Punkte“ behandelt. Das sind Schmerzpunkte, die jeder Patient selbst am Besten spürt. Mit dieser „Da wo´s“ Methode (Da wo´s weh tut ...) kann man auch sehr gute Erfolge haben.

### **Was passiert?**

In der Softlasertherapie werden Laserlichtstrahlen auf das kranke Gewebe gerichtet. Das Laserlicht beeinflusst den Austausch von biologischen Informationen der Zellen untereinander. Der Stoffwechsel der Zelle wird gesteigert, die Eiweißbildung stimuliert, die Wundheilung wird beschleunigt, weil das Laserlicht die Kollagensynthese (Neubildung des Bindegewebes) steigert. Blutgefäße bilden sich neu. Das Laser-Licht unterscheidet sich vom natürlichen Licht unter anderem durch seine sehr große Energiedichte. Wenn das Laserlicht auf die Haut auftrifft, gibt es seine Energie zum Teil an die Zellen ab. Hierdurch und durch Verwendung ganz spezieller, genau ausgetesteter so

genannter Resonanzfrequenzen(auch Pulsungen genannt) können die behandelten Bereiche positiv beeinflusst werden.

Das große Anwendungsspektrum erklärt sich aus der Wirkung des Laserlichts auf das Gewebe:

- Der Zellstoffwechsel wird aktiviert
- Sauerstoffpartialdruck wird gesteigert
- Collagenfasern werden vermehrt
- Zell- Gasaustausch und ADP- ATP-Reaktion werden verbessert
- Enzymproduktion wird angeregt
- Leukozytenproduktion wird beschleunigt

Bei chronischen Erkrankungen der Gelenke, Sehnen, Bänder und Muskeln kann sogar auf Injektionen verzichtet werden. Durch die bei der Bestrahlung ebenfalls auftretende spontane Besserung der Beschwerden, kommen Schmerzmittel meist nicht mehr zum Einsatz.

Im Bereich der Behandlung von Tennisellbogen, Golferarm, Mousearm, etc. sind in der Lasertherapie sehr gute Erfolge zu erzielen. Patienten die in der Praxis von Sanisoma mit dem Laser behandelt werden/wurden sind schmerzfrei und können ihrem Beruf oder Hobby wieder mit Spaß folgen.

Eingesetzt wird die Lasertherapie vor allem zur Behandlung von Schmerzen wie z.B. bei Migräne oder Gelenkproblemen. Implantate, wie künstliche Hüftgelenke, Gelenke oder andere Implantate werden vom Organismus meist besser angenommen, weil sich durch die Laser-Stimulation des Gewebes Blutgefäße und Nervenbahnen schneller wieder vernetzen. In der Sportmedizin und in der Orthopädie wird die Lasertherapie bei akuten Knieverletzungen (Knorpel- und Meniskusschäden) eingesetzt, aber auch bei Prellungen, Rupturen der Bänder, Schwellungen und Blutergüssen. Auch dabei gilt: Je früher mit der Behandlung begonnen wird, umso besser. Die Therapie ist sanft, schmerzlos und nebenwirkungsfrei. Es wird der Stoffwechsel angeregt, die Durchblutung gefördert und Schmerzen gelindert. Die Heilung wird beschleunigt.

### **Selbsterfahrung**

Ich selbst habe in den letzten Jahren bei Selbstversuchen mit dem Lasergerät cura A von NAVISOMA ([www.navisoma.de/](http://www.navisoma.de/)) gearbeitet. Meine Ellbogen-Gelenkarthrose los zu werden, hat eine Weile gedauert. Damals konnte ich kein längeres Telefonat mehr führen. Wenn ich den Arm geknickt hielt, um das Telefon am Ohr zu halten, bekam ich den Arm kaum noch auseinander. Mit den Programmen, die im NAVISOMA-Laser schon vorprogrammiert sind, bin ich via Laser-Punktdiode immer wieder in die Gelenkspalten gegangen, da hinein „wo es weh tut“. Mittlerweile bin ich so gut wie beschwerdefrei.

Starke Verhärtungen im rechten Unterarm (Maus-Klick Syndrom in Verbindung mit Golferarm) habe ich mit dem Flächenapplikator „erledigt“. Der Flächenapplikator (auch Laserdusche genannt) ermöglicht den einfachen und sicheren Einsatz bei nahezu allen Körperarealen. Bei muskulären Verspannungen am Schreibtisch schiebe ich die Laserapplikatoren dort unter das Hemd, wo es schmerzt. Dann kann ich mir das entsprechende Programm anstellen und weiterarbeiten.

Beim NECOMED-Kongress im Oktober 2010 habe ich mit dem cura A mein lädiertes Knie behandelt und nach 2 Programmabläufen eine deutliche Verbesserung der Beschwerden verspürt.

Was mir als Feature am Wichtigsten erscheint, sind die 5 eingespeicherten Behandlungsprogramme und die einfache und schnelle Bedienung. Durch den integrierten Akku ist das Gerät auch für den mobilen Einsatz geeignet. Selbsterfahrungen mit Lasertherapie sind natürlich unter Vorbehalt zu genießen. Auch ein Soft-Laser gehört in die Hand eines Therapeuten, ich selbst hatte an einem Seminar teilgenommen und einen Laser-Berechtigungsschein erlangt.

Falls Ihr Arzt, Heilpraktiker oder Physiotherapeut keine Softlasertherapie anbietet, finden Sie bei den nachfolgenden Links vielleicht eine passende Adresse.

Ich danke der Entwicklerin und Heilpraktikerin Andrea Lapp-Schreiber [www.navisoma.de](http://www.navisoma.de) für ihre Unterstützung zu diesem Beitrag.

Gute Besserung!

Eugen Pletsch

