



Manuelle Medizin- Handgriffe statt Eingriffe

Was ist Manuelle Medizin

In der Manuellen Medizin sind die Hände des Arztes das wichtigste Untersuchungs- und das einzige Behandlungsinstrument. Dank dem medizinischen Fachwissen behandelt der Manualmediziner wirksam, schmerzlos und schonend. Mit seinen Händen ertastet der Arzt für Manuelle Medizin sorgfältig Ihre Muskeln, Sehnen, Gelenke und erspürt Spannungen, Blockaden und andere Funktionseinschränkungen Ihrer Wirbelsäule oder Gelenke, die Ihnen Schmerzen bereiten. Wichtig ist auch das Erkennen Ihrer persönlichen Situation, um daraus die richtige manuelle Behandlung für Sie abzuleiten. Neben der Untersuchung und Behandlung ist die anschließende Trainingstherapie unverzichtbarer Bestandteil der Manuellen Medizin. Hier übernimmt der Patient selber die Verantwortung für seine vollständige Genesung und sein langfristiges gesund bleiben.

Wem hilft die Manuelle Medizin

Die Manuelle Medizin hilft vor allem bei akuten (z.B. beim gefürchteten Hexenschuss) aber auch bei chronischen Rücken-, Gelenks- und Muskelschmerzen. Dabei sind Muskeln, Sehnen und Gelenke selber nicht direkt geschädigt, jedoch ist ihr Zusammenspiel gestört, weshalb Sie unter Schmerzen und Funktionseinschränkungen leiden. Bei diesen „funktionellen“ Problemen kann der Schmerz weit weg von der eigentlichen Störung auftreten. Der Heilungsprozess beginnt schon beim ersten Arztbesuch und in der Regel genügen bei akuten Beschwerden schon wenige Behandlungen. Anschliessend ist Ihre aktive Mitarbeit und Eigenverantwortung entscheidend, indem mit konsequentem Aufbaustraining einem Rückfall vorgebeugt werden kann. Der manuell ausgebildete Arzt erkennt aber auch Situationen bei der diese Behandlungsmethode nicht geeignet ist.

Wie wirkt die Manuelle Medizin

Die Handgriffe und sanften Bewegungen nutzen natürliche Reaktionsweisen des Körpers, wie die sogenannten Stellreflexe und aktivieren schmerzhemmende Zellen in unserem Nervensystem. So kann der Arzt für Manuelle Medizin im Zusammenwirken mit den Selbstheilungsmechanismen Ihres Körpers Muskelverspannungen und Blockaden lösen, die normale Gelenkfunktion wieder herstellen und somit Schmerzen lindern

oder beseitigen. Aufwändige apparative Untersuchungen werden dadurch häufig überflüssig, Sie benötigen weniger oder keine Schmerzmittel mehr.

Welche Methode benutzt die Manuelle Medizin

Bei den verschiedenen Techniken der Manuellen Medizin ist es wichtig, Ihren Körper richtig zu lagern und seine natürlichen Bewegungsgrenzen genau einzuhalten. Alle Techniken zielen darauf, die Beweglichkeit wieder herzustellen, was als Mobilisation bezeichnet wird. Dabei wendet der Arzt kaum Kraft und keinerlei Gewalt an, sondern geht schmerzlos und schonend vor. Es gibt Gelenkstechniken zur Gelenkmobilisation mit und ohne Impuls, Muskeltechniken zur Mobilisation durch die Kraft des bewegungsführenden Muskels, sowie zur Mobilisation durch Entspannung oder Hemmung des entgegengerichteten Muskels. Im weiteren werden auch bestimmte Weichteiltechniken angewandt.

Welche Gefahren birgt die Manuelle Medizin

In den Händen eines ausgebildeten Arztes und bei richtiger Anwendung ist die Manuelle Medizin sicher und schmerzlos. Wie bei jeder Behandlung kann es sehr selten zu Komplikationen kommen, diese sind jedoch erheblich seltener als z.B. bei einer Behandlung mit Schmerzmitteln und treten vor allem bei unsachgemässer Anwendung der Methode auf.

Wer übt die Manuelle Medizin aus

In der Schweiz dürfen nur Ärzte die Manuelle Medizin betreiben. Sie absolvieren nach Abschluss ihrer Facharztausbildung eine berufsbegleitende, zweijährige, FMH- anerkannte Zusatzausbildung mit einer Zwischen- und Abschlussprüfung. Die Schweizerische Ärztesgesellschaft für Manuelle Medizin sorgt durch ständige Fortbildungen dafür, dass die so ausgebildeten Ärzte immer auf dem neusten Stand dieses medizinischen Kunsthandwerkes bleiben und ihre Technik ständig verbessern können.



Dr. med. Bernhard Lutz
Facharzt Allgemeinmedizin FMH
Fähigkeitsausweis für Manuelle Medizin

Praxisinformationen

Neues Gesicht im Brunnenhof



Ann-Britt Wullschleger

Seit Anfang Juni arbeite ich, Ann-Britt Wullschleger, als Medizinische Praxisassistentin in der Brunnenhofpraxis. Ich freue mich über die neue Herausforderung im neuen Team und den täglichen Kontakten mit Ihnen als Patienten. Wohnhaft bin ich in St. Gallen und geniesse es, zusammen mit meinen Katzen die Terasse zu bepflanzen und zu gärtnern. In meiner Freizeit engagiere ich mich in der Jungschar, jogge gerne und singe in einem Acapella Chor. Ann-Britt Wullschleger

Praxisausflug auf die Alp Sigel / Seealpsee



Nach einem feinen Zmittag starteten wir in Schwende zu unserem „Maibummel“. Über die Zahme Gocht führte uns der steile Aufstieg zur Alp Sigel. Dank forschem Tempo unterschritten wir die angegebene Marschzeit von 2,5 Stunden

deutlich! Alle waren froh, dass sich die Sonne hinter Nebel und Wolken versteckte. Auf der Alp erwartete uns ein willkommener Zvieri, welcher uns von den Teilnehmern mit Knieproblemen in einer abenteuerlichen Fahrt mit dem Sigel-Bähnli gebracht wurde. Über die Alp Mans ging's dann hinunter zum Seealpsee. Leider war's zu kalt für ein Bad, auch die Sonne wollte uns einfach nicht anlachen! Trotzdem folgten zwei Damen unseres Teams einer Einladung in ein Ruderboot und wurden auch trocken wieder ans Ufer gebracht. In gemütlicher Runde genossen wir unser schwer verdientes Nachtessen, bevor wir uns nach Einbruch der Dunkelheit auf den Weg ins Tal begaben. Das ganze Praxis-Team war sich einig: Ein toller, unvergesslicher Tag! An Dr. Schläpfer nochmals ein herzliches Dankeschön für die perfekte Organisation. Gabi Neuhauser

Breaking News



Nicole Eugster hat ihre 3-jährige Lehre im Juni 2007 mit der bestandenen Lehrabschlussprüfung erfolgreich abgeschlossen und

wird uns auf Ende Juli 2007 leider verlassen. Sie wird weiter die Schulbank drücken um die Berufsmaturitätsschule zu absolvieren. Wir wünschen Ihr dabei alles Gute und weiterhin viel Erfolg.

Telefonnummern der Praxis Brunnenhof

Dr. med. Manser / Wild / Zingg 071 352 26 66
Dr. med. Schläpfer / Lutz 071 352 44 77

Dr. med. Gonzenbach 071 352 44 11
Notfallnummer 071 352 42 20