

Länger und gesünder leben

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren

In dieser Ausgabe

- Wie Schmerzen entstehen**
Dieses Therapiekonzept verhindert, dass Ihre Schmerzen chronisch werden 1
- Therapie mit Medikamenten**
Schmerzmittel sind oft unverzichtbar – wie Sie ihre Nebenwirkungen reduzieren 4
- Begleitende Naturheilverfahren**
Heilpflanzen, Akupunktur und Musik: So wird die Behandlung zum Erfolg 6
- Vitalstoffe und Ernährung**
Stoppen Sie den Schmerz dauerhaft und sanft mit Vitaminen und Aminosäuren 8
- Die Rolle der Psyche**
Wie Sie den Schmerz mit der Kraft Ihrer Gedanken ganz einfach ausblenden 10
- Bewegung**
Gewinnen Sie mehr Lebensqualität durch aktives Training 11
- Neue Schmerztherapien**
Implantierbarer Stimulator wirkt, wenn sonst nichts mehr hilft 12

Wie Schmerzen entstehen

Dieses Therapiekonzept verhindert, dass Ihre Schmerzen chronisch werden

Schmerzen sind das häufigste Krankheitssymptom überhaupt, doch Ärzte sind oft nur schlecht ausgebildet, und moderne Therapieverfahren werden selten genutzt. Die Folge: Millionen Menschen leiden unnötig. Wir stellen Ihnen ein ganzheitliches Konzept vor, das auf den neuesten Erkenntnissen beruht. Um chronische Schmerzen zu verhindern, sind demnach neben Schmerzmitteln auch Akupunktur, Hypnose, Bewegung und eine vitalstoffreiche Ernährung wichtig.

Das ist skandalös: Patienten mit chronischen Schmerzen leiden im Durchschnitt 11,5 Jahre, bis sie eine Therapie gefunden haben, die ihnen wirklich hilft! Während dieser Zeit suchen sie durchschnittlich elf Ärzte auf. Diese Odyssee durch die Arztpraxen, die dabei erlebte Ignoranz und das Gefühl der Hilflosigkeit verstärken das Leiden noch zusätzlich.

Doch Sie sollten wissen: Starke Schmerzen müssen Sie nicht einfach

aushalten, sondern sie lassen sich in der Regel gezielt behandeln und ausschalten. Doch leider kennen sich hier zu Lande nur die wenigsten Ärzte mit einer effizienten und erfolgreichen Schmerztherapie aus. Denn noch immer können deutsche Mediziner ihre Patienten behandeln, ohne in ihrer Ausbildung die grundlegenden Elemente der Therapie chronischer Schmerzen erlernt zu haben.

In der Arztausbildung sind Traditionen offensichtlich weitaus wichti-