

Schmerzfreizentrum Köln Bonn

Sie sei ein spontaner Mensch und bevorzuge schnelle Problemlösungen, sagt Diana Schmedes. Und es sei ein geradezu „wunderbares Gefühl“, wenn ein Patient von der Liege aufstehe und vermelde, er spüre keine Schmerzen mehr. „Dann weiß ich, dass ich den richtigen Beruf ergriffen habe.“ 1998 hat Diana Schmedes ihre Heilpraktiker-Ausbildung abgeschlossen. Heute betreibt sie im Großraum Köln zwei Praxen für alternative Schmerztherapie: in Köln-Buchforst und in Hürth-Efferen mit angeschlossenen Schulungsräumen.



Die Schwerpunkte ihrer Arbeit liegen in der Behandlung von akuten und chronischen Schmerzen, der Erhöhung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit durch Steigerung der Beweglichkeit sowie der Verbesserung der Abwehrkräfte durch Stabilisierung des Immunsystems. „Menschen, die zu mir kommen und Hilfe brauchen, leiden zum Teil seit Langem unter starken Schmerzen“, erläutert Diana Schmedes. Mit Diagnosen wie „Operation erforderlich!“ oder „Da kann man nichts mehr machen, damit müssen Sie leben“ wollen sie sich nicht abfinden. Sie hat sich der Schmerztherapie nach der Methode Liebscher-Bracht zugewandt, der Bowen Therapie und dem Medi-Taping. „Wir wissen, dass es sich bei über 90 Prozent der Schmerzen des Bewegungsapparates um Warnschmerzen handelt, die der Körper wie ein Gefühl projiziert, damit schädigende Verhaltensweisen gebremst werden.“ Die Schulmedizin sehe Schmerzen dagegen als Störfaktoren und Hinweis für eine Schädigung. Dabei werden Schädigungen gerade am Anfang einer Schmerzgeschichte häufig überhaupt nicht gefunden.

Tatsächlich tritt eine Schädigung oft erst viele Jahre später ein, wenn der Schmerz ignoriert oder durch Medikamente unterdrückt wird. Durch einseitige oder fehlende Bewegung verkürzt die Muskulatur. Sie erzeugt Druck im Gelenk – ein Muskel überspannt immer mindestens ein Gelenk. In diesem Fall wird jede Bewegung unter Druckbelastung im Gelenk ausgeführt und verursacht über längere Zeit eine Schädigung durch Abrieb des Gelenkknorpels. Diana Schmedes bringt die Muskulatur wieder in ihre physiologische Länge, sodass kein Druck mehr im Gelenk herrscht und der Schmerz überflüssig wird. Es gibt nichts mehr zu warnen.

„Ein wichtiger Teil meiner Arbeit“, führt die Spezialistin aus, „besteht darin, mit dem Patienten die Ursache seiner Schmerzen ausfindig zu machen.“ Dazu zählt eine gründliche Anamnese. Es geht nicht nur darum, den Schmerz loszuwerden. Alles hängt mit allem zusammen und darum gehört zur Schmerzreduktion und Heilung auch, den gesamten Körper in seiner Funktion miteinzubeziehen. Diana Schmedes verschafft sich ebenfalls Informationen über das Bindegewebe, über die Ernährung, den Stoffwechsel, den Schlaf und die Verdauung. Einen guten Einblick in diese Vorgänge erhält sie etwa mit der Dunkelfeldanalyse. Dafür benötigt sie nur einen



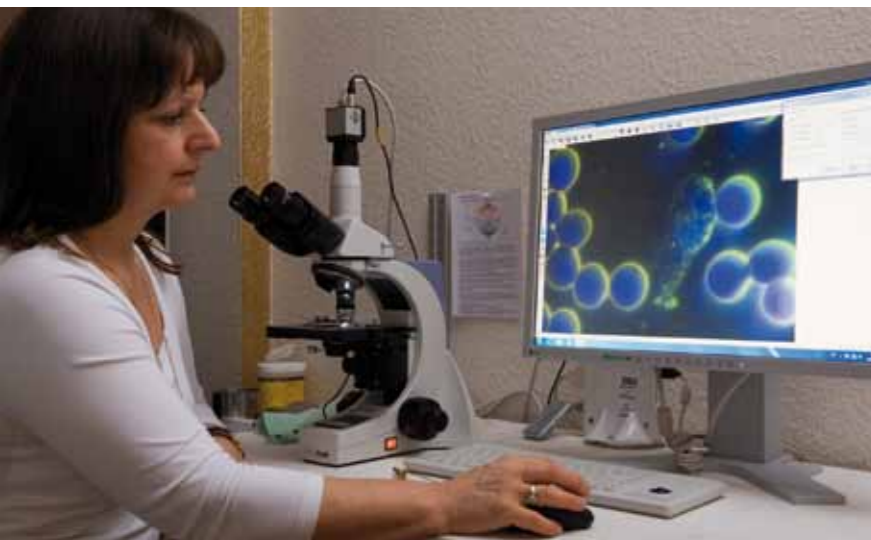


Tropfen Blut aus der Fingerbeere. Sie kann dem Patienten dann sofort einen eigenen Blick auf seine gesundheitliche Gesamtsituation geben.

Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Allergien müssen gleichfalls abgeklärt und behandelt werden. Mancher Migränepatient weiß, dass ein Glas Wein oder ein Stück Schokolade einen Anfall auslösen kann. Denn alles, was dem Körper guttut, senkt den Muskeltonus, und alles, was ihm schadet, erhöht ihn und kann zum Schmerz führen. Nach der Anamnese folgt direkt die sogenannte Schmerzpunktpressur, eine speziell entwickelte akut-manualtherapeutische Maßnahme. Mit ihr kann Diana Schmedes die schädigende Programmierung der Muskulatur innerhalb von rund 30

Minuten so auflösen, dass Schmerzen wie von Zauberhand verschwinden oder wenigstens erheblich reduziert werden.

Anschließend erlernt der Patient sogenannte Engpassdehnungen, die die in der Schmerzpunktpressur erreichte Umprogrammierung festigen. Dadurch werden schädigende Muskelprogramme und Muskelzustände durch gesunde ersetzt. Der Verschleiß wird gestoppt, damit ist der Warnschmerz unnötig. Begleitend folgen bei Bedarf eine Vielzahl von Maßnahmen, die dem Körper und seinem Stoffwechsel schädigende Stoffe ersparen, notwendige zur Verfügung stellen, den Transport innerhalb des Körpers erleichtern und die Ausscheidung schädlicher und nicht gebrauchter Stoffe fördern. Dadurch sinkt die Gesamtkörper-Muskelspannung, was



die internen muskulären Widerstände mildert und so zur Verschleiß- und Schmerzfreiheit beiträgt.

Diana Schmedes nutzt eine ganzheitliche Systematik, um das Auftreten der teilweise nur schwer behandelbaren Schmerzzustände logisch und nachvollziehbar zu erklären und eine hochwirksame Therapie völlig ohne Medikamente und Operationen anzubieten. Sie verhilft ihren Patienten damit zu neuem Lebensmut und gesteigerter Lebensqualität.

Der menschliche Körper braucht die Bewegung. Daran ist er angepasst. Da die meisten Menschen heute ihr Bewegungspotenzial nur noch zu rund 15 Prozent nutzen, ist die Ausweitung der Bewegungsstruktur eine der wichtigsten Maßnahmen. Dafür hält Diana Schmedes ein neues und hoch effektives Trainingsverfahren in ihrer Praxis bereit, LnB Motion, die Bewegungslehre nach Liebscher & Bracht. Als Prophylaxe oder zur weiteren Gesunderhaltung wird sie in der Praxis mehrmals wöchentlich in Kursen angeboten. Die Engpassdehnungen reduzieren Gelenk- und Wirbelsäulenschleiß und erhöhen die Beweglichkeit maximal. Die Beweglichkeitskräftigung stärkt zu schwache Muskeln und macht sie gleichzeitig flexibler. Das Ansteuerungstraining stellt verloren gegangenes Körpergefühl und taktile Wahrnehmung wieder her, die Bewegungsdehnung sorgt für ein ungewohnt gutes und leichtes Bewegungsgefühl. „Wird unser Körper mit den Bewegungen versorgt, an die er genetisch angepasst ist, beginnt er auf allen Funktionsebenen wieder bestmöglich zu arbeiten“, weiß Diana Schmedes. Der Körper entledigt sich angesammelter Gifte, Stoffwechselabläufe optimieren sich und die Selbstheilungskräfte („der innere Arzt“) werden aktiviert. „Dies beugt der Entstehung von Schmerzen konsequent vor und verhindert ihr erneutes Auftreten.“

Diana Schmedes hat während ihrer beruflichen Tätigkeit verschiedenste alternative Therapieformen kennen- und schätzen gelernt. So wendet sie bei Krampfadern und Durchblutungsstörungen häufig Blutegel oder die Ozontherapie an. Ein weiterer Baustein ihres Konzepts ist Access to Innate®. „Wir existieren auf der körperlichen Ebene, jedoch auch in den Dimensionen des Verstandes und des Geistes. Nur einen einzigen Aspekt anzusprechen bedeutet, den möglichen Erfolg einzugrenzen. Access to Innate basiert darauf, die neurologischen Reaktionen zu beseitigen, die im Gedächtnis gespeichert sind und über die fünf Sinne physisches oder emotionales Trauma reaktivieren“, erläutert sie. Es entsteht also heute eine Reaktion aufgrund einer früheren Erfahrung, die für die Gegenwart nicht angemessen ist und sich als Krankheit oder Symptom zeigt.



Mit Access to Innate wird der Körper auf der energetischen, emotionalen, neuronalen und physischen Ebene wieder in Balance gebracht.

Es sei gut, all dieses Handwerkszeug zu besitzen, sagt Diana Schmedes. Doch das Beste in einer Sitzung geschehe, wenn sie selbst präsent und authentisch sei. Diese innere Haltung schaffe Raum und Vertrauen. „Der eigenen Wahrheit ein Stück näher zu kommen und mit sich selbst im Einklang leben – auf der körperlichen und auf der seelischen Ebene – darin liegt für mich der Sinn meiner Arbeit.“

SCHMERZFREIZENTRUM
KÖLN BONN

Luxemburger Straße 99
50354 Hürth

Telefon 0 22 33 / 6 27 24 02

www.schmerzfrei-in-koeln.de

PRAXIS FÜR ALTERNATIVE
SCHMERZTHERAPIE