

# **Erfahrungsbericht über die Triggerpunkttherapie von Sabine W.**

Sabine W., 38 Jahre, spastische Hemiparese rechts von Geburt an

Kurze Vorgeschichte:

- seit der Geburt bis 1988 Behandlung nach Vojta bzw. Bobath
- von 1988 bis 1998 keine Therapie (ich war therapiemüde)
- von 1998 bis 2009 Behandlung nach Bobath

Im Oktober 2009 bekam ich, wahrscheinlich durch Überbelastung, Schmerzen im Handgelenk und Daumen auf der linken gesunden Seite. Ich wurde 6 Wochen erfolglos mit Manueller Therapie behandelt. Meine Beschwerden nahmen jedoch zu und da ich auf der rechten Hemiseite nur meinen Unterarm nutzen konnte, waren alltägliche Arbeiten nicht mehr möglich.

Durch meinen Vater kam ich zu einem Triggerpunkt-Therapeuten. Schon nach wenigen Behandlungen waren die Schmerzen deutlich geringer und die Kraft nahm zu.

Der Therapeut empfahl mir auch die rechte spastische Seite zu behandeln. Viel Hoffnung machte ich mir nicht, aber ich stimmte zu.

Seit dem ich auf der rechten spastischen Seite mit Triggerpunkttherapie behandelt werde, hat sich folgendes geändert:

Bisher hatte ich nur Kraft in meinem Unterarm. Inzwischen kann ich mit meiner rechten Hand (auch mit dem Daumen) greifen und halten, ohne das Gefühl zu haben, es gleitet mir aus der Hand. Abwaschen, Spülmaschine ausräumen, Türen öffnen etc. sind nur einige Beispiele.

Der Arm ist über mehrere Tage leicht und locker und ich habe mehr Gefühl (Schmerz, Wärme). Es ist für mich dadurch mittlerweile schon zur Gewohnheit geworden, meinen rechten Arm im Alltag zu nutzen. Dadurch wird auch meine linke Seite nicht mehr so strapaziert. Trotz allem muss ich sehr aufpassen und die Belastung dosieren, denn zu viel bedeutet Schmerz.

Keine andere Therapie hat diese Art von Erfolg gebracht → einfach genial!!! Danke!!!

Unser nächstes Ziel ist die Behandlung des Beines. Ich bin auf das Ergebnis schon sehr gespannt.