

## Ein Beispiel aus der Praxis: Der Tennisarm



Ein Patient mit der Diagnose Tennisarm klagt meist über Schmerzen im Bereich des äußeren Ellenbogens. Diese Schmerzen können in den Unterarm ausstrahlen und behindern ihn beim kräftigen Zugreifen mit der Hand.

### Symptomorientierte Behandlung

Die Ursache für die Beschwerden des Tennisarmes liegt in einer Entzündung der Sehnen, der der Streckmuskulatur des Handgelenkes und der Finger. Der sogenannte goldene Therapiestandard sieht eine Beseitigung der Entzündungsprozesse mittels einer speziellen Massagetechnik, Elektrotherapie und eventuell einer ärztlicherseits verordneten Injektions- und Schienenversorgung vor.

### Ursachenorientierte Behandlung

Das Symptom Schmerz liegt an einer Entzündung der Sehnenansätze der Streckmuskulatur des Handgelenkes und der Finger. Doch warum kommt es zu so einer Entzündung?

Ursachen hierfür können sein:

- Eine Dauerspannung in der Beugemuskulatur des Handgelenkes und eine daraus resultierende Überanstrengung der Sehnen der gegen die Beugung arbeitenden Streckmuskulatur.
- Eine einseitige Alltagshaltung, oder ein Sturz auf das Handgelenk führten zu einer Störung der umliegenden Gelenke des Ellenbogens oder des Handgelenks und bedingen eine Spannungsänderung in der Streckmuskulatur der Hand.
- Eine Störung der Halswirbelsäule (Wirbelgelenk, Bandscheibe) bedingt eine Fehlsteuerung der Streckmuskulatur der Hand.
- Eine Problematik der inneren Organe (Gastritis, Gallensteine, Sodbrennen) führt über Verschaltungen mit dem vegetativen Nervensystem zu einer Verschlechterung der Gewebequalität im Bereich des Ellenbogens und verzögert somit die ablaufende Wundheilung.

Die Therapie beseitigt nun die ursächlich vorliegenden Störungen und man verwendet Techniken aus der Manuellen Therapie, der Osteopathie und physiotherapeutischer Konzepte, wie des Brügger-Konzepts.

### Ganzheitliche Behandlung

Neben den biomedizinischen Ursachen, kann es bei dem jeweiligen Patienten auch einen tieferen Grund für seine Tennisarmbeschwerden geben. Das Symptom des Patienten ist eine erhöhte Spannung der zum Greifen benötigten Beugemuskulatur der Hand. Vielleicht trifft es auf den einzelnen Patienten zu, dass ihm schwerfällt „loszulassen“, dass er (an) etwas „festhält“. Im biopsychosozialen Modell beziehen sich diese Gedanken auf die psychosoziale Komponente.

Eine Behandlung nach dem osteopathischen Konzept kann Störungen im Bindegewebe aufspüren und über den körperlichen Lösungsprozess zu einer Bewusstwerdung von körperlichen und seelischen Zusammenhängen der Störung führen.

Einen anderen Ansatz bietet die Traditionelle Chinesische Medizin. Die Schmerzpunkte des Tennisarms liegen z. B. auf einer Energiebahn, dem Dickdarmmeridian. Die Tatsache, dass dieser in der Organ-Sprache ebenfalls die Problematik des "Festhaltens/Loslassens" symbolisiert, schließt den Kreis zur Verschaltung mit den inneren Organen und kann über eine Akupunktur oder viszerale Mobilisation behandelt werden.

