



**Autor: Andreas Pezold, Heilpraktiker**  
 ist seit 1999 in Moosburg a. d. Isar als Heilpraktiker tätig und bietet in seiner Naturheilpraxis neben der Magnetfeldtherapie auch Dunkelfelddiagnostik und Sanum-Therapie nach Prof. Enderlein an.

## Bandscheibenschäden – das Magnetfeld als Ersatz für Sport

Laut den Statistiken der Versicherungen zählen Schäden an der Wirbelsäule nach wie vor zu den häufigsten Gründen für eine eingeschränkte bzw. volle Berufsunfähigkeit. Der moderne Lebensstil mit all seinen Annehmlichkeiten, fordert seinen Preis. Schädlich ist vor allem aber die sitzende Arbeitsweise der meisten Menschen, besonders bei fehlendem körperlichem Ausgleich.

Und die Betroffenen werden immer jünger! Untersuchungen der ältesten Bewohner Okinawas in Japan haben ergeben, dass ihr Bewegungsradius doppelt so hoch ist wie der von Europäern. Leidtragende Elemente sind dabei vor allem die Wirbelsäule und die Zwischenwirbelscheiben, besser bekannt als Bandscheiben. Wie eine Art Luftkissenpolster dienen sie als Schutz für die Wirbelkörper und sorgen dafür, dass bei den verschiedensten Bewegungen die Blut- und Lymphgefäße sowie die Nervengeflechte nicht komprimiert werden. Die Bandscheibe besteht aus einem Kern, der von einem faserigen Ring umgeben ist. Wird der Ring durch einseitige Belastung und Haltung überbeansprucht, verliert er seine Stützfunktion. Der Kern bewegt sich nach außen und drückt auf Nervenfasern, was für den Betroffenen sehr schmerzhaft sein kann. Beim Sitzen bildet der Oberschenkel zum Oberkörper einen 90-Grad-Winkel. Die Bauchmuskeln werden in dieser Position eher verkürzt. Da der Gegenspieler, der Gesäßmuskel, dadurch Überhand gewinnt, übt er damit eine nicht unwesentliche Zugwirkung auf die Bandscheiben aus, was als zusätzliche Belastung gesehen werden kann.

### MFT – Behandlung der Wahl

Die Magnetfeldtherapie ist neben einer gezielten Behandlung inklusive einer Haltungskorrektur und Bewegungsausgleich die Behandlung der Wahl.

Die Magnetfelder sorgen für eine verbesserte Durchblutung, regen die Bildung von Wachstumsfaktoren an und stimulieren die Zellvermehrung, was sich positiv auf die Regeneration der Zwischenwirbelscheiben auswirken kann. Außer-

dem kann damit eine effiziente Schmerztherapie gewährleistet werden.

### BS-Vorfall an LW 3/4

Ein 53-jähriger Patient stellte sich in meiner Praxis mit starken Schmerzen im Lumbalbereich, die in die Rückseite des rechten Beins ausstrahlten, vor. Seit sechs Wochen plagt er sich damit herum – sich schmerzfrei zu bewegen, war ihm nicht mehr möglich. Außerdem ver-

spricht er seit kurzem eine Schwäche im rechten Knie, sodass er immer wieder regelrecht einknickt.

Die mitgebrachten kernspintomographischen Aufnahmen zeigten einen eindeutigen Bandscheibenvorfall bei L3/4. Der anschließende Lasegue-Test war bei 30 Grad positiv.

Neben der naturheilkundlichen Behandlung bestellte ich den Patienten dreimal in der Woche zur MFT mit der Ganzkörpermatte. Wir begannen vorsichtig mit einer niedrigen Stufe und einer kurzen Behandlungsdauer und steigerten uns in der dritten Woche nach leichter Besserung auf eine stärkere Intensität sowie einer längeren Behandlungs-

dauer. Nach der zwölften Behandlung konnte der Patient bereits wieder zwei Stunden am Stück

ohne Schmerzen gehen; außerdem verspürte er keinerlei Schwäche mehr im Knie. In der siebten Woche nach Behandlungsbeginn konnte er seine berufliche Tätigkeit wieder aufnehmen und beabsichtigte, als Prophylaxe selbst ein Magnetfeldgerät für zu Hause zu erwerben, da er einerseits kein begeisterter Sportler und andererseits ein regelmäßiges sportliches Training für

ihn nur schwer realisierbar sei – wie ich finde, eine ehrliche und vernünftige Lösung.

### Magnetfeldtherapie im Leistungssport



**Josef Seidl, Diplom-Trainer Handball (DSB), mit Erfahrung in allen Leistungsbereichen, setzt die MFT seit Jahren bei Sportverletzungen ein**

„Die wichtige Bedeutung der MFT für den Leistungssport ist längst bekannt, weshalb das Verfahren dort immer häufiger eingesetzt wird. Was dem Aktivsport nützt, ist auch für die Rehabilitation z. B. nach einer Muskelverletzung (etwa Muskel- oder Sehnenrisse) sinnvoll. Im Ruhezustand wirkt die MFT dem Muskelabbau entgegen, Heilungsprozesse werden beschleunigt und die Leistungsbereitschaft aufrecht erhalten und gesteigert.“



**Autor: Holger Stumpf, Physiotherapeut**  
 ist als Medizinischer Masseur und Bademeister in Plön tätig. Daneben arbeitet er auch als Lehrer für Fitness, Gesundheit und Sportrehabilitation.

## Hammerzehe und Hallux valgus – Wieder fußfit durch MFT

Als Hammerzehe bezeichnet man eine Fehlbildung der Zehen, bei der sich das mittlere Glied nach oben wölbt, das Endglied aber hammerartig nach unten gebogen ist. Meist ist dies die Folge einer Über- und Fehlbelastung des vorderen Fußteils durch das Tragen von zu



Ein Hallux valgus im Röntgenbild

engen, zu hohen Schuhen – weshalb besonders oft Frauen von diesen Zehendeformitäten betroffen sind. Aber auch Fußfehlformen, wie z. B. Spreizfuß, Hohlfuß, Plattfuß und/oder ein Senk-Spreizfuß können die beiden Krankheitsbilder begünstigen. Eine dauerhafte Korrektur wird durch eine Operation erreicht, wobei der Arzt das Köpfchen des Mittelfußes entfernt.

### Unschön und schmerzhaft – der Ballenzeh

Beim Hallux valgus oder »Ballenzeh«, der in fortgeschrittenem Stadium sehr schmerzhaft sein kann, ist die große Zehe in Richtung der anderen Zehen abgewinkelt und der Großzehballen ist vergrößert. Zudem verdrängt die Großzehe oft die anderen Zehen. Durch einen chirurgischen Eingriff wird die Richtung der Großzehe korrigiert. Bestehen die Veränderungen schon längere

Zeit, gelingt manchmal allerdings keine vollständige Begradigung mehr.

### Fallbeispiel

Eine Patientin kam nach der operativen Korrektur einer Zehendeformität zur Nachbehandlung in meine Praxis. Nach ärztlicher Rücksprache und ausführlicher Beratung führte ich zunächst tägliche Anwendungen mit der MFT auf der Ganzkörpermatte und einem Kissen durch, und zwar jeweils vor und nach den bewegungstherapeutischen Übungen. Hierbei konnten wir feststellen, dass der Patientin die Übungen nach der MFT viel leichter fielen, denn sowohl die gesamte Fußmuskulatur, als auch die Zehenglieder waren beweglicher. Zudem empfand die Patientin bei einigen Anwendungen ein angenehmes Wärmegefühl am Fuß. Inzwischen ist die Beweglichkeit des Fußes wieder hergestellt und die Patientin verspürt keine Schmerzen mehr. Dies ist nur eines von zahlreichen Beispielen, die aufzeigen, dass pulsierende Magnetfelder eine sinnvolle Ergänzung zu den klassischen Behandlungsmethoden sind. Wichtig ist, dass vor Behandlungsbeginn der MFT eine Rücksprache mit dem behandelnden Arzt erfolgt.