

Fibromyalgie (Fibromyalgia simplex) einfach und anders behandeln und vorbeugen

Beobachtungen und neue Erkenntnisse zur Entstehung von Schmerzen aus der Praxis der Orthopädie,
Manuellen Medizin und Akupunktur Mit Anleitungen zur Selbstbehandlung

Bearbeitet von
Anselm Dr.Dr. Model

1. Auflage 2015. Buch. 104 S. Hardcover
ISBN 978 3 7323 6864 8
Format (B x L): 21 x 29 cm
Gewicht: 590 g

[Weitere Fachgebiete > Medizin > Sonstige Medizinische Fachgebiete > Schmerztherapie, Palliativmedizin](#)

Zu [Inhaltsverzeichnis](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

The logo for beck-shop.de features the text 'beck-shop.de' in a bold, red, sans-serif font. Above the 'i' in 'shop' are three red dots of increasing size. Below the main text, 'DIE FACHBUCHHANDLUNG' is written in a smaller, red, all-caps, sans-serif font.

beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Vorwort

Das **Fibromyalgiesyndrom**, eine verbreitete Form chronischer Schmerzen in mehreren Körperregionen („chronic widespread pain“), fordert die ärztliche Schmerzpraxis heraus und gibt ihr Rätsel auf, zu deren Lösung die medizinischen Wissenschaften trotz intensiver jahrzehntelanger internationaler Forschung bisher nichts Wesentliches beitragen konnten.

Standarduntersuchungen können bei der Fibromyalgie keine Normabweichungen sowohl im äußerlich sichtbaren Körperbau als auch labortechnisch bei den mit diesem Beschwerdebild betroffenen Patienten nachweisen.

Die beiden Hauptforschungsrichtungen zur Fibromyalgie, die strengen naturwissenschaftlichen wie die psychologischen konnten zwar verschiedentlich von der Allgemeinheit abweichende Befunde aufzeigen, die jedoch nicht ausreichen, das Syndrom der Fibromyalgie zu erklären. Bei vielen aufgezeigten Labordaten und seelischen Erscheinungen ergibt sich überdies das grundsätzliche Problem, ob das Gefundene eher Folge des chronischen Schmerzleidens und des Arzneimittelgebrauches oder Ursache der Schmerzen sei.

So hat man bei der Fibromyalgie, ohne eindeutige Ursachen für das Beschwerdebild zu besitzen, sich zwischen zahlreichen wissenschaftlichen Gesellschaften und Vereinigungen betroffener Patienten abgesprochen und sich pragmatisch auf ein multidisziplinäres Vorgehen in der Diagnostik und Behandlung verständigt. Das geschah in Deutschland wie in einer Reihe anderen Staaten. Die Ergebnisse dieser Absprachen und der Zusammenarbeit sind in die geltenden Leitlinien zur Fibromyalgie eingeflossen.

*Der hier vorgetragenen Sicht der Fibromyalgie liegen **andere** Vorstellungen zugrunde. Es soll zum einen gezeigt werden, dass entgegen den bisherigen Annahmen **Abweichungen vom normalen, äußerlich sichtbaren Körperbau** zur Entstehung der chronischen Schmerzen wesentlich beitragen. Ferner wird darauf hingewiesen, dass **Sehnenveränderungen, vor allem im Umfeld des knöchernen Beckens**, die Schmerzen verstärken. Beide aufgefundenen Faktoren*

*eröffnen Wege zu erfolgreichen **spezifischen Therapien** und zu vorbeugenden **Maßnahmen** bei der Fibromyalgie.*

Die beobachteten Abweichungen im Körperbau bei Fibromyalgie sind zumeist so fein, dass sie dem üblichen klinischen Standarduntersuchungsgang entgehen können.

*Nach den hier vorgelegten Erkenntnissen erscheint die Fibromyalgie als eine Sonderform „**chronischer unspezifischer Rückenschmerzen**“.*

Deshalb werden chronische unspezifische Rückenschmerzen, die beim genaueren Hinsehen sich als spezifisch erweisen, mit abgehandelt.

Chronisch wiederkehrende Rückenschmerzen sind den Beobachtungen nach sowohl eine Vorstufe in der Entstehung der Fibromyalgie als auch ein Bestandteil der voll entwickelten Fibromyalgie.

Die „chronischen unspezifischen Rückenschmerzen“ betreffen Männer wie Frauen nahezu gleichermaßen, die Fibromyalgie jedoch überwiegend Frauen im Alter um die sogenannten Wechseljahre. Diese geschlechtsspezifischen Unterschiede in der Verteilung der Beschwerdebilder werden zum einen mit der **besonderen anatomischen Form des weiblichen Beckens** erklärt, zum anderen sind sie wohl auch in **Hormonspiegeländerungen im Rahmen der Wechseljahre** zu suchen.

Es bedarf weiterer Abklärung, ob und inwieweit Frauen mit Fibromyalgie stärker als andere Frauen von diesen Hormonspiegelveränderungen und ihren Folgen betroffen werden.

Einschränkend sei darauf hingewiesen, dass nicht beansprucht wird, **alle Formen der Fibromyalgie** und der „**chronischen unspezifischen Rückenschmerzen**“ zu erklären. Dies wäre vermessen.

Hinter den Schmerzphänomenen der Fibromyalgie und der chronischen unspezifischen Rückenschmerzen verbergen sich vermutlich verschiedenartige Vorgänge der Entstehung und der Ursachen.

Für die hier vorgestellte Entstehungsform der Fibromyalgie wird der Name „**Fibromyalgia simplex**“, **die einfache Fibromyalgie**, vorgeschlagen. Einfach (simplex) soll anzeigen, dass die Ursachen dieser Entstehungsform der Fibromyalgie einfacher Art sind, dass diese Form der Fibromyalgie einfach zu diagnostizieren, vorzubeugen und zu behandeln ist.

Als eine Spezifizierung und Sonderform der Fibromyalgie verwies die Bezeichnung Fibromyalgia simplex zugleich auf mögliche andere Entstehungsformen der Fibromyalgie.

Als einfach zu diagnostizieren, vermutlich sehr verbreitete Form der Fibromyalgie und einfach zu behandeln, ***sollte die Fibromyalgia simplex im differentialdiagnostischen Vorgehen immer eingeschlossen und gegebenenfalls ausgeschlossen werden***, um dann nach anderen oder weiteren Entstehungsursachen zu suchen.

Der Autor hat im Zeitraum der letzten 18 Jahre, auf den sich diese Darstellung beruft, 150 Patienten mit Fibromyalgie (fast ausschließlich Frauen) und etwa 1800 Patienten, Männer wie Frauen, mit chronischen unspezifischen Rückenschmerzen selbst untersucht und behandelt. Er sah die Patienten im Rahmen klinischer Heilverfahren und Vorsorgekuren sowie als ambulante Patienten in eigener Praxis.

Es handelt sich so dem Charakter nach um eine ***nicht randomisierte klinische Beobachtungsstudie***, die dieser Darstellung zugrunde liegt und die zu weiteren auch randomisierten, Studien aufruft.

Die Patienten und Patientinnen kamen bereits mit den Diagnosen „Fibromyalgie“ oder „chronische unspezifische Rückenschmerzen“, die von anderer Seite gestellt waren, zur Untersuchung und Behandlung. Sie hatten zuvor bereits mehrere andere Ärzte und Therapeuten in Anspruch genommen.

Die hier für die Schmerzentstehung herausgestellten relevanten körperlichen Eigenarten und Befunde waren jedoch von den Voruntersuchern nicht beschrieben oder für wichtig erachtet und in der Therapie berücksichtigt worden. Soweit dies aus den jeweils verfügbaren Voruntersuchungsunterlagen und den Berichten der Patienten zu entnehmen war.

Mit dieser Schrift verbindet sich daher zugleich die Hoffnung, auf eine Änderung verbreiteter Praxis und oft fraglos übernommener Ansichten zur Fibromyalgie im Sinne „da sieht man nichts“ hinzuwirken. Sie verweist auch auf die Grenzen der Aussagekraft herkömmlicher Untersuchungswege.

Die Schrift spiegelt das Frage- und Antwortspiel mit Patienten und die zahlreichen Aufklärungsgespräche wieder, die der Autor im Laufe der Jahre mit Schmerzpatienten führte. Ihnen, seinen Patienten, die ihm vertrauten, aus deren Untersuchung und Behandlung er lernte und die bereit waren mit ihm

ungewohnte Behandlungswege zu gehen, sucht der Autor in dieser Form auch seinen Dank auszudrücken.

Der Stil von Aufklärungsgesprächen ist beibehalten. Denn die Schrift wendet sich zu allererst an Schmerzpatienten selbst. Es besteht jedoch die Hoffnung, dass auch der eine oder andere ärztliche Kollege, Schmerzforscher und Therapeut daraus Nutzen zu ziehen vermag.

In der Schrift werden **Übungen zum Lösen sogenannter Wirbelgelenkblockierungen**, die ständig bei bestimmten Formen der Wirbelsäule sich einstellen, vorgestellt.

Diese Übungen sind über Jahrzehnte vom Autor im Zusammenwirken mit den Patienten entwickelt und unter Berücksichtigung ihrer Rückmeldungen nach und nach vereinfacht worden. Angezielt ist, dass die Übungen in Eigenregie der Patienten - möglichst am Arbeitsplatz - durchgeführt werden können. Die Übungen sollen dazu dienen und beitragen, die Arbeitsfähigkeit zu erhalten.

Diese Übungen sind mit entsprechender Vorsicht auszuführen. Die angegebenen Ausschlusskriterien sind zu beachten.

Freiburg im Breisgau und Höchenschwand im Schwarzwald im Oktober 2015

Anselm Model