

Thomas Hartl

# Geheilt vom Schmerz

Erfolgsgeschichten  
chronisch Erkrankter

UEBERREUTER

**Kontakt zum Autor**

hartl.presse@aon.at

*Impressum hier einfügen*

**Hinweis**

Dieses Buch zeigt individuelle Wege von Menschen auf, die ihre Schmerzen nicht als gegeben hingenommen haben, sondern um ihre Gesundheit auf ihre ganz spezielle Weise gekämpft haben. Die enthaltenen Informationen wurden vom Autor sorgfältig recherchiert und entstammen persönlicher Kontakte mit (geheilten) Schmerzpatienten. Auch wurde Einsicht in vorgelegte medizinische Unterlagen genommen. Zudem wurden Gespräche mit vielen involvierten Ärzten, Therapeuten und Alternativheilern geführt. Trotz sorgfältiger Bearbeitung erfolgen sämtliche Angaben in diesem Buch ohne Gewähr. Eine Haftung des Autors und des Verlages aus dem Inhalt dieses Werkes ist ausgeschlossen.

Die im Buch angeführten Fallgeschichten sollen dem Leser vor Augen führen, wie einzelne Menschen angesichts ihrer Schmerzen gehandelt haben. Eine fachkundige medizinische Beratung und Behandlung ist bei Krankheitsverdacht unbedingt notwendig. Für eine korrekte Untersuchung und Diagnose ist es unerlässlich, einen Arzt aufzusuchen.

# Inhalt

*Für Renate, Nico und Lukas*

Persönliches Vorwort .....	10
Einleitung .....	12
<b>WEGE DER SCHMERZHEILUNG – SO HABEN WIR ES GESCHAFFT!</b> .....	18
<b>Viele Puzzlesteine zum Lebensglück</b> .....	20
<i>Christel Kammerer</i>	
<b>Schmerzlos nach der ersten Spritze</b> .....	29
<i>Josef Bauernfeind</i>	
<b>Zeit für Wärme und mich</b> .....	36
<i>Erika Seitz</i>	
<b>Steh auf und geh!</b> .....	45
<i>Regina Luger</i>	
<b>Ein Warnsignal für den Fahrdienstleiter</b> .....	52
<i>Rudolf Tohmsitz</i>	
<b>Wenn Wirbeln warnen</b> .....	59
<i>Mag. Reinhard Hötzeneder</i>	
<b>Glaube und heilsame Lebensentscheidungen</b> .....	64
<i>Alois Saurugg</i>	
<b>Halbgott in Weiß</b> .....	75
<i>Marion Karner</i>	

<b>Minikamera mit Durchblick</b> . . . . .	82
<i>Leopold Weichberger</i>	
<b>Sportarzt mit glücklicher Partnerwahl</b> . . . . .	87
<i>Dr. Günter Stefan</i>	
<b>Am Kreuz-Weg</b> . . . . .	91
<i>Dr. Klaus Huber</i>	
<b>Eines Tages wird der Schmerz ganz einfach wegbleiben</b> . . . . .	98
<i>Marianne Meyer</i>	
<b>Umgang mit Schmerzen</b> . . . . .	105
Gespräch mit <i>Schwester Huberta</i>	
<b>Wegen Fußschmerzen in die Psychiatrie</b> . . . . .	111
<i>Herr Seyfried</i>	
<b>Geknickt wie ein Strohalm</b> . . . . .	116
<i>Heidemarie Preis</i>	
<b>Um Hilfe bitten</b> . . . . .	122
<i>Christiane Koch</i>	
<b>Hören, was der Körper sagt</b> . . . . .	133
<i>Christine Schnaubelt</i>	
<b>Sanitäter in der Not</b> . . . . .	137
<i>Gottfried Staufer</i>	
<b>Schmerzen ohne Namen</b> . . . . .	140
<i>Harald Unter</i>	
<b>Ein ganz normaler Unfall</b> . . . . .	143
<i>Christine Wagner</i>	

<b>Da kann man nicht viel machen</b> . . . . .	147
<i>Frau Hildegard</i>	
<b>Ein Indianer kennt keinen Schmerz</b> . . . . .	149
<i>Susanne Fiala</i>	
<b>Ich will selbst etwas tun</b> . . . . .	157
<i>Frau Harrer</i>	
<b>NEUESTE ERKENNTNISSE DER EXPERTEN</b> . . . . .	163
<b>Zähne zusammenbeißen ist der falsche Weg</b> . . . . .	164
von <i>Univ.-Prof. Dr. Günther Bernatzky</i>	
<b>Schmerzen überschreiben</b> . . . . .	169
<i>Interview mit Prof. Dr. Walter Zieglgänsberger</i>	
<b>Schmerzen wegdenken</b> . . . . .	175
von <i>DDDr. Karl Isak</i>	
<b>Chronischer Schmerz ist interdisziplinäre Herausforderung</b> . . . . .	179
von <i>Prim. Dr. Peter Pauly MSc</i>	
<b>Betroffene formieren sich: Selbsthilfegruppen</b> . . . . .	182
von <i>Susanne Fiala</i>	
Schlussfolgerungen . . . . .	186
Persönliches Nachwort . . . . .	199
Kontakte und Adressen . . . . .	204
Literaturhinweise . . . . .	207
Danksagung . . . . .	208

## Schmerzlos nach der ersten Spritze



*Josef Bauernfeind*

15 Jahre war er Bürgermeister einer Tausend-Seelen-Gemeinde und gleichzeitig Landwirt. Heute ist Josef Bauernfeind 56 Jahre alt und »nur mehr« Landwirt. Den Politiker-Job hat er zwar gerne gemacht, aber irgendwann einmal hieß es *genug ist genug*. »Denn Bürgermeister zu sein, ist für sich genommen schon ein Fulltime-Job«, sagt Bauernfeind. Anstrengend war diese Zeit, sicher, aber er empfand es nicht als *zu* anstrengend. Gern war er unter den Leuten und die zwei Jobs hat er gut unter einen Hut gebracht. Vor drei Jahren aber, da spürte er plötzlich ein Ziehen im Kreuz, einen Schmerz, der sich von Tag zu Tag steigerte. Hüftschmerzen, ein Ziehen in den Lenden. »Vor allem in der kalten Jahreszeit, wenn ich am Traktor saß und mich verkühlte, da fing es an, wirklich weh zu tun.« Und wenn er das sagt, darf man ihm das ruhig glauben. Denn Herr Bauernfeind ist kein Freund von übertriebenen Worten. *Was es wiegt, das hat 's*, kein Grund zum Jammern. Wenn man genauer nachfragt, hört man freilich schon heraus:

Angenehm war es nicht. Vor allem die Nächte wurden zur Tortur. »Da bin ich oft um drei Uhr früh wach geworden und habe mich kaum mehr rühren können. Ich habe versucht, ein Knie in diese oder jene Position zu bringen, ich konnte einfach nicht mehr liegen. Genützt hat es freilich nichts. Es war wie Zahnschmerzen, ein stechender Schmerz. Von der Lendenwirbelsäule über die Hüfte bis hinunter zum Vorfuß. Manchmal habe ich gar nicht mehr gewusst, was es für ein Schmerz ist. Das Knie? Oder rheumatisch?« Ein Schmerz, der manchmal gar nicht mehr aufhören wollte.

Angst hatte er vor allem davor, dem Schicksal seiner Mutter zu folgen. Angst, erblich vorbelastet zu sein. Mit nur 45 Jahren wurde die fleißige Bäuerin zum ersten Mal an der Hüfte operiert. Dann noch einmal und noch einmal und noch einmal. Vier Hüftoperationen, die die Frau gezeichnet haben. »Vier Operationen, obwohl sie nur zwei Beine hat«, sagt ihr Sohn. Sie wurde über 80 Jahre alt, konnte vom Zeitpunkt der ersten Operation an aber kaum mehr arbeiten, musste mit Krücken durchs Leben humpeln, äußerst beschwerlich. »Davor habe ich mich gefürchtet. Dass es bei mir auch so kommen wird.«

Bauernfeind, kein Freund von voreiligen Arztbesuchen, hielt nach einiger Zeit die sich stetig steigenden Schmerzen nicht mehr aus und ging zum Orthopäden. Der schickte ihn in ein Röntgeninstitut. Der dortige Arzt sagte genau die Worte, die der Patient nicht hören wollte: »Die Abnützungen sind so schlimm, lassen sie sich so schnell wie möglich operieren.« Eine sofortige Hüftoperation also sollte es sein. Bauernfeind sah sich schon auf Krücken humpeln oder gar im Rollstuhl sitzen. »Ich war geschockt.«

Ein »Zufall« lenkte seine Geschicke in andere Bahnen. Eine Gesundheitsuntersuchung stand ins Haus und sein Sohn, ein Diplomkrankenpfleger, empfahl ihm die Ärztin Dr. Sabine Wied-Baumgartner aufzusuchen, von der er positives gehört hatte. »So ging ich zur Frau Doktor und ich erzählte ihr von meiner anstehenden Hüftoperation. Sie war entsetzt darüber. Sie sagte, ich sei doch noch viel zu jung da-

für, es bestehe auch keine Notwendigkeit für eine OP.« Worte, die der Landwirt nur *zu* gern hörte und sich sofort auf die Alternative einließ, die da *Mesotherapie* hieß.

Wenige Minuten nach dem Gespräch lag er schon auf dem Behandlungstisch. Mit einer winzigen Nadel bekam er mehrere Piekser in die schmerzenden Stellen, stand auf, verabschiedete sich und ging. »Schon bei der Treppe hinunter merkte ich, da stimmt etwas nicht.« Was nicht stimmte, war die Abwesenheit des Stechens, des Ziehens. »Ich spürte plötzlich überhaupt nichts mehr.« Sofort entschied er sich, diese Art von Therapie fortzuführen. Anfangs wöchentlich, mit sich ausdehnenden Intervallen, besuchte er die Ärztin. »Seitdem ist der große Schmerz weg«, sagt Bauernfeind. Die Hüftoperation hat er abgesagt, er ist überglücklich darüber.

»Zur Sicherheit« wiederholt er jedes Jahr diese Therapie. »Die gönne ich mir«, sagt er. Fünf bis zehn Minuten dauert eine Behandlung, nicht länger. Er will nicht riskieren, dass der Schmerz zurückkommt. »Weil die Abnützungen an den Knochen sind ja da«, sagt er. Der Landwirt ist dieser Therapie gegenüber positiv eingestellt. »Weil hier keine Chemie verwendet wird.« Seit seiner ersten Meso-Behandlung hat er keine Schmerzmittel mehr geschluckt. »Keine Tabletten mehr und keine Injektionen. Weil diese Spritzen habe ich überhaupt nicht vertragen. Ich bekam solche Kopfschmerzen, dass ich geglaubt habe, mir platzt der Schädel. Außerdem war die Wirkung jedes Mal nach ein paar Tagen ohnehin wieder weg, es hat also nur sehr kurzfristig geholfen.«

Auch seiner Tante, erzählt er, habe diese Therapie sehr geholfen. »Sie war auch schon ganz verzweifelt vor Schmerzen, sie hat Rheuma. Heute höre ich kein Wehklagen mehr von ihr. Das Rheuma ist zwar nicht ganz weg, aber sie lebt heute gut damit. Es ist ein riesiger Unterschied gegenüber früher. Sie arbeitet im Haus, im Garten, sehr fleißig. Früher, da ging bei ihr fast gar nichts mehr.«

Heute ist Josef Bauernfeind nichts von seinen ehemaligen Beeinträchtigungen und Schmerzen mehr anzusehen. »Ich komme jetzt sehr gut und schmerzfrei durchs Jahr«, sagt er. Ganz aufrecht sitzt und geht er, schnell schreitet er neben einem her, keine Spur von früheren Zeiten. »Früher, da ging ich schon ganz krumm und hatschert«, sagt er. Kein Wunder, dass er dankbar ist: Dafür, dass der Schmerz verschwunden ist, dass er der gefürchteten Operation entkommen ist, dass ihm so rasch geholfen werden konnte. Er spürt nichts mehr, nur manchmal, wenn er in der Kälte am Traktor sitzt, da zieht es im unteren Kreuz, aber er hat keine Angst mehr davor.

#### Kommentar Dr. Sabine Wied-Baumgartner

Als Herr Josef Bauernfeind vor drei Jahren schmerzgeplagt erstmals in meine Ordination kam, konnte ich nach einem ausführlichen Gespräch feststellen, dass diese Schmerzen bereits seit Jahren bestanden. Bei meiner Befragung erzählte er mir von seinen zwei Berufen als Bürgermeister und Landwirt und den damit verbundenen Strapazen. Er war durch seinen Sohn, einen meiner ehemaligen Schüler in der Ausbildung zum Pflegeberuf, auf meine Schmerztherapie aufmerksam gemacht worden. Zu diesem Zeitpunkt hatte mein Patient vom Orthopäden bis zum Chiropraktiker schon alles versucht, um seine Schmerzen loszuwerden. In der Untersuchung konnte ich mir ein Bild über das Ausmaß der Abnützungen durch jahrelange Überbeanspruchung an der Wirbelsäule machen. Auf den Röntgenbildern und den Aufnahmen der Computertomographie konnte man deutlich die Verschmälerungen zwischen den Wirbelkörpern feststellen. Auch sah man an einigen Aufnahmen bereits Knochen mit Umbauvorgängen, d. h. bei lange anhaltenden Beschwerden und Überbeanspruchungen entsteht am Knochen zusätzliche Knochensubstanz. Dadurch kommt es langfristig zu einer Versteifung der Wirbelsäule. Überdies konnte man aus den Bildern im Bereich der Hals- und Lendenwirbelsäule Vorwölbungen der Bandscheiben feststellen.

Nach dem Gespräch und meiner Schilderung, was mittels Mesotherapie möglich ist, hat sich der Patient für einen sofortigen Beginn der Behandlung entschieden. Mit einer auf den Patienten speziell abgestimmten Mischung an Substanzen habe ich die betroffenen Stellen behandelt. Bereits nach einer Woche,

in der der Patient drei Tage völlig schmerzfrei war, kam er wieder zu mir in die Praxis, um die Therapie fortzuführen. Nach dem zweiten Mal konnten wir bereits eine Schmerzfreiheit von zwei Wochen erzielen. Durch die anstrengende landwirtschaftliche Tätigkeit kam Herr Bauernfeind innerhalb eines Jahres, je nach Strapazen, noch einige Male zu mir in die Praxis, um Mesotherapie zu bekommen. Heute kommt er nur mehr dann zu mir, wenn er besonders anstrengende körperliche Tätigkeiten gemacht hat. Nach mehr als drei Jahren nach der ersten Behandlung des Herrn Bauernfeind wurde eine Kontrolluntersuchung durchgeführt. Es hat sich gezeigt, dass der Umbauprozess der Knochen gestoppt wurde und sogar die Bandscheiben ein wesentlich verbessertes Bild zeigten. Dieser Fall verdeutlicht, dass bei rechtzeitigem Beginn der Therapie die Verknöcherung der Wirbelsäule wirkungsvoll gestoppt werden kann und schmerzhafte Bandscheibenveränderungen zurückgehen. Die Schmerzen werden dadurch nachhaltig vermieden. Es wird also nicht der Schmerz gelindert, sondern die Ursache wirkungsvoll behandelt.

Den meisten meiner Patienten konnte ich ebenfalls mit einer sehr individuellen Therapie helfen. Das bestärkt mich, dass der Weg, Schmerzen von der Ursache her mittels Mesotherapie zu bekämpfen, ein sehr guter ist, der auch für jene Menschen leistbar ist, die keine Großverdiener sind.

## Mesotherapie – Die Methode

Mesotherapie ist eine minimalinvasive schulmedizinische Behandlungsmethode, die niedrigst dosierte Wirkstoffe mit kleinsten Injektionen direkt an den Ort der Erkrankung einbringt. Die Behandlung erfolgt durch oberflächliche Medikamentengabe in die Haut. Verwendet werden kleine Nadeln, die kaum Schmerzen erzeugen. Man spürt nur kleine Piekser. Der Ansatzpunkt der mesotherapeutischen Behandlung ist das Bindegewebe der Haut: In einer Tiefe von zwei bis vier Millimetern werden die Medikamentenmischungen eingebracht.

Die Menge der verabreichten Medikamente ist extrem niedrig. »Das wichtigste Prinzip in der Mesotherapie lautet: wenig – selten – am

richtigen Ort. Bei jeder Anwendung werden das Medikament und die Dosis individuell gemischt. Es stehen Tausende Substanzen zur Verfügung. Zum einen schulmedizinische und zum anderen homöopathische Substanzen«, so Dr. Sabine Wied-Baumgartner, Präsidentin der *Österreichischen Gesellschaft für Mesotherapie e.V.* Als Trägersubstanzen (»Verdünnungsmittel«) werden hauptsächlich Lokalanästhetika (Hautbetäubungsmittel) angewendet. Sie werden nach Bedarf mit Schmerzmitteln, mit Vitaminen, Enzymen, Antibiotika, Impfstoffen, Mineralien, gefäßaktiven Mitteln, entkrampfenden Mitteln usw. gemischt.

Wied-Baumgartner betont, dass Mesotherapie bei akuten und auch bei chronischen Schmerzen eine sehr hohe Erfolgsrate hat. »Bei Schmerztherapien kann mit Mesotherapie in den meisten Fällen eine völlige Schmerzfreiheit erreicht werden. 80 Prozent meiner Patienten lassen sich mit Mesotherapie behandeln. Egal ob Nervenschmerzen, Gelenkschmerzen, Schulterbeschwerden, Wirbelsäulenbeschwerden, Probleme mit den Bandscheiben oder Muskelverspannungen, die Erfolgsrate ist sehr hoch«, sagt die Ärztin.

Durch die lokale Gabe der Medikamente, also direkt am Ort der Störung oder des Schmerzes, wird eine orale oder intramuskuläre bzw. intravenöse Gabe vermieden. Die Wirkung wird mit einem Bruchteil der Menge, die ansonsten notwendig wäre, erzielt. Für die Schmerztherapie liegen die Vorteile in der gezielteren Anwendung der Medikamente und in der Entlastung von Magen, Leber und Niere durch die direkte Einbringung der Medikamente am Ort der Schmerzen. »Damit befreit man den Organismus von den Folgen der Überbelastung durch orale Verabreichung im doppelten Sinn. Einerseits weil die Gabe nicht oral erfolgt. Zum zweiten, da die Dosierung allgemein viel zu hoch ist, um sicher zu gehen, dass die Wirksubstanz den Ort der Schmerzen bzw. der Bestimmung erreicht. Folglich ist die Menge der verabreichten Substanzen über Tabletten und Flüssigkeiten in der Regel extrem überhöht. Daher kommt es zu so vielen ungewollten und nicht notwendigen Nebenwirkungen. Das erklärt auch, warum

Menschen so viele Tabletten gar nicht einnehmen: Entweder weil sie Nebenwirkungen fürchten oder diese nicht mehr aushalten«, so Wied-Baumgartner. Mehr Information unter [www.mesotherapie.at](http://www.mesotherapie.at).