

Schmerzen mit Flossing „wegbinden“

Voodoo-Zauber in der Gemeinschaftspraxis von Medikon? Der Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Dr. Eike Schuster, lacht, wenn man ihn darauf anspricht. Aber in der Tat ist eine neue Therapie, die der Sportmediziner bei Schmerzen und Bewegungseinschränkungen an Gelenken anwendet, das Medical Flossing, vom Voodoo-Flossing abgeleitet, das in den letzten Jahren von den USA aus auch die Fitness-Studios in Europa erobert hat.

Es geht Dr. Schuster aber nicht um Fitness, sondern um eine verbesserte schmerzfreie Beweglichkeit seiner Patienten (überwiegend solche, die Sport treiben). „Natürlich glaube ich nicht an Voodoo-Zauber“, sagt er, aber die Methode hat ihn überzeugt. Als stellvertretender Teamarzt bei den Brose Baskets in Bamberg hat er Flossing erfolgreich im Leistungssport kennen gelernt.

Die Methode bezeichnet das relativ stramme Umwickeln von Extremitätengelenken oder Muskeln mittels eines speziell dafür entwickelten Latex-Gummibandes unter 50-75% Zug. Mit angelegtem Band wird das Gelenk



Schmerzen im Kniegelenk – Dr. Eike Schuster rückt diesen bei seiner Mitarbeiterin mit dem Floss-Latexband „zu Leibe“.

Foto: Mike Wuttke

dann passiv oder aktiv bewegt. „Die Methode lässt sich so ergänzend zu Physiotherapie, manueller Therapie oder Osteopathie einsetzen“ betont der Arzt.

Je nach Indikation werden der genaue Ort der Anlage und der auszuübende Druck variiert. Es wird vermutet, dass der starke mechanische Reiz, der durch die entstehenden Kräfte auf die Haut einwirkt, die Weiterleitung der Schmerzempfindung auf Rückenmarksebene hemmt. Dabei kann die Behandlung durch den Druck des Flossing-Bandes selbst unangenehm sein. Darüber sollte der Patient vor Beginn der Behand-

lung informiert werden.

Schwammefekt

Es gibt noch weitere Effekte für die Wirkung, erklärt Dr. Schuster. Zum einen ist es der sog. Schwammefekt, der dazu führt, dass der hohe Druck das Gewebe auspresst und den lymphatischen Abfluss verstärkt. Zum anderen sorgt die Verbindung von äußerem Druck und Bewegung im Gelenk dafür, dass sich Bindegewebschichten gegeneinander verschieben, die zuvor - etwa durch Verletzungen und Vernarbungen - miteinander verklebt waren. Wenn das Flossband wieder gelöst wird, löst sich auch der Stau und das Gewebe wird besser durchspült und besser mit Sauerstoff versorgt. Nach Einschätzung der Anwender eignet sich die Methode für nahezu alle Patienten aus Orthopädie und Chirurgie. Bisherige Erfahrungen seien durchweg sehr positiv gewesen - wissenschaftlich erwiesen sei die Wirksamkeit des Medical Flossing jedoch noch nicht. Auf jeden Fall zeigt sich sofort eine bessere schmerzfreie Beweglichkeit, was die Patienten Dr. Schuster bestätigen. *miwu*



Ihr Zentrum für Orthopädie, Chirurgie und Unfallchirurgie



Dr. med. **Hans-Ulrich Neglein**
 Facharzt für Chirurgie und Handchirurgie, Facharzt für Plastisch-Ästhetische Chirurgie
 Chirotherapie



Dr. med. **Franz Roßmeißl**
 Facharzt für Orthopädie
 Chirotherapie, Sportmedizin,
 Osteologie (DVO)



Dr. med. **Eike Schuster**
 Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie
 Chirotherapie, Sportmedizin



Dr. med. **Ekkehardt Templer**
 Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie
 D-Arzt für Arbeitsunfälle



Dr. med. **Lothar Unterburger**
 Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie, Chirotherapie,
 Akupunktur
 D-Arzt für Arbeitsunfälle



Jürgen Waibel
 Facharzt für Orthopädie
 Chirotherapie, Akupunktur,
 Sportmedizin



Dr. med. **Andreas Wetzler**
 Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie, Notfallmedizin
 D-Arzt für Arbeitsunfälle

Unsere Öffnungszeiten:

Montag - Freitag 08:00 - 18:00 Uhr
 Plastische Sprechstunde nach telefonischer Vereinbarung

MediKon Forchheim GbR

Krankenhausstr. 8
 91301 Forchheim

Telefon: 09191 - 3 41 47-0

Web: www.medikon-forchheim.de

Mail: praxis@medikon-forchheim.de