

André Schmidt von AGT Mannheim über Rückenschmerzen und ihre möglichen Folgen

Im AGT-Wirbelsäulentherapiezentrum setzen Experten auf eine ganzheitliche Behandlung

Mit gezieltem Training das Kreuz stärken

„Als Folge von Rückenschmerzen suchen wir oft eine Ausweichbewegung oder Haltung. So entsteht eine Schonhaltung, was uns in den nächsten Kreislauf treibt: nämlich einseitige Belastung“, sagt André Schmidt, Geschäftsführer von AGT in Mannheim. „Auf Dauer ist das sehr gefährlich, denn dadurch bekommen wir noch mehr Probleme an den Gelenken – wie erstens degenerative Veränderungen und zweitens Gelenkschäden mit Arthroseerscheinungen oder Bandscheibenschäden, wie Bandscheibenprolaps oder auch Vorfälle“, erläutert Schmidt weiter.

Somit nimmt das Übel seinen Lauf: Die Schmerzen werden chronisch, die alltägliche Belastung, die früher nicht so schwer war, wird auf ein Mal zur Last. „Das bringt noch mehr Stress“, erklärt Schmidt. Denn man arbeitet häufig unkonzentrierter, sorgt somit eventuell bei Kollegen für Unmut. Doch nicht nur im Arbeitstag werden Rückenschmerzen schnell zur Belastung. Auch

im Privaten wirkt sich das Leid am Kreuz aus. „Stellen Sie sich vor, man ist nicht mehr in der Lage, Sport zu treiben. In der Familie werden Ausflüge mit den Kindern, das Spielen oder Spaziergänge unmöglich“, erklärt Schmidt weiter. „Stress macht Rückenschmerzen und Rückenschmerzen machen Stress. In diesem Zusammenhang spielt die wirbelsäulenstabilisierende Muskulatur eine bedeutende Rolle. Diese Muskeln lassen sich durch eine gezielte Trainingstherapie stärken, wodurch sich Beschwerden drastisch lindern lassen“, so Schmidt. „Man darf nicht vergessen, dass körperliche Aktivität und Sport, nachhaltige Erholung und ausgewogene Ernährung sehr wichtig für das Wohlbefinden sind. Je trainierter, desto Konzentrationsfähiger und belastbarer werden Sie“, ist Schmidt überzeugt. „Unser Körper produziert Glückshormone, wie Endorphin und Serotonin. Mit einem richtigen Trainingskonzept, das am besten von den Fachkräften individuell ange-



Wer sein Kreuz stärkt, kann ein Leben ohne Rückenschmerzen führen. Bild: zg

passt wird, sollten Sie stressstabil und beschwerdefrei werden“, zeigt Schmidt einen Weg aus der Negativspirale auf.

Die Analytische Gezielte Therapie (kurz: AGT) für die Wirbelsäule und den gesamten Bewegungsapparat bietet allen, die Rücken-, Nacken- und Gelenkschmerzen haben, ein nachweislich wirksames Therapie- und Vorbeugungskonzept. AGT ist ein interdisziplinärer Arbeitskreis aus Fachärzten, Sportwissenschaftlern und Physiotherapeuten. „Unser Ziel

ist es, dem Patienten eine optimale, ganzheitliche medizinische und therapeutische Versorgung zu bieten“, so Schmidt. „Die Therapie beginnt zunächst mit einem ausführlichen Beratungsgespräch, in dem wir den Patienten über die Wirbelsäulenproblematik aufklären. Weiterhin stellen wir eine genaue Anamnese, das heißt, wir analysieren die Beschwerden des Patienten in der Vorgeschichte und aktuell.“ Für die Untersuchung wird an speziellen Geräten eine Wirbelmuskelfunktionsdiagnostik und Hal-

tungsanalyse durchgeführt. Die Analyse erlaubt es den Experten, die Ursachen von Beschwerden festzustellen und eine gezielte individuelle Therapie einzusetzen. „Je nach Symptomatik werden die Patienten in der Regel in drei bis vier Phasen behandelt: In der ersten Phase durch eine konservative Behandlung. In speziellen Kombinationstherapiemaßnahmen werden die Gelenke mobilisiert, Muskelverspannungen gelöst und eine Schmerzreduktion herbeigeführt. In der zweiten Phase werden die Gelenke korrigiert und in Kombination mit einer krankengymnastischen Ganzbehandlung die tiefliegende Wirbelsäulenmuskulatur gezielt aufgebaut. In der dritten Phase wird die gezielte Aufbautherapie fortgesetzt und kombiniert mit einer Kräftigung. In der vierten Phase, einer weiterführenden Trainingstherapie, werden die erzielten Erfolge auf Dauer erhalten. Die Therapiesteuerung wird mit regelmäßigen Analysekontrollen stets verbessert und dokumentiert“, erläutert Schmidt das Verfahren. *pr*



Wirbelsäulentherapie mit der höchsten Erfolgsquote

*Beschwerden nehmen spürbar ab
► Lebensqualität & Wohlbefinden nimmt zu*

Wirbelsäulen - Therapiezentrum

AGT - Schmidt & Partner

Schmidt & Partner
Dipl. Sportlehrer, Physiotherapeut und Facharzt für Orthopädie
C1, 13-15
68159 Mannheim
Tel: 0621 - 156 85 08
www.agt-online.de

Unsere Leistungen:

Analyse / Diagnostik

Eine Ganzseitige 3D-4D Körperanalyse ermöglicht es, die Ursachen der Beschwerden festzustellen und ein individuelles Therapieprogramm zu entwickeln, um diese zu beseitigen.

Therapie

Die AGT-Therapie, welche auf einer ausführlichen Analyse basiert, erlaubt uns die Ursache der Beschwerden gezielt und erfolgreich zu beheben.

Therapieerfolg

Durch regelmäßige Analysekontrollen wird der Therapieerfolg dokumentiert. Das Therapieprogramm wird individuell angepasst und kontinuierlich optimiert.

Prävention

Die erreichte Therapieerfolge werden durch ein Intelligentes Training mit Betreuung auf Dauer sicher erhalten.

Unsere erfahrene Fachkräfte beraten Sie gerne!

