

Nach 5 erfolglosen Rückenoperationen an der Bandscheibe L5/S1 (1997 bis 2001) begann der jahrelange Leidensweg. Durch die Vernarbungen wurden einzelne Nerven eingekapselt und lösten Dauerschmerzen aus mit Ausstrahlung in beide Beine. Agressive Schmerzbehandlung mit Morphin brachten nicht den gewünschten Erfolg. Durch die dauerhaften Schmerzen entwickelte der Körper jahrelang eine Fehlhaltung, und die Lebensqualität war sehr stark eingeschränkt.

Um die Schmerzausstrahlung in die Beine zu unterbrechen wurde im Jahr 2010 die Hinterbandstimulation vorgenommen. Durch 2 Stromsonden im Rückenmarkbereich und einem Steuergerät unter der Haut, konnten die Ausstrahlungen eliminiert werden. Die Fehlhaltung blieb weiterhin bestehen.

Im Februar 2011 begann ich in der SKEMA mit Tai Chi / Chi Kung 50 + Energie.
Fazit heute:

Durch regelmässiges Training hat sich meine Haltung wesentlich korrigieren lassen, die Lebensqualität hat sich gesteigert, der Strom in die Beine konnte abgestellt werden und die Rückenschmerzen sind in einem erträglichen Mass.

SKEMA empfehle ich auch in schwierigen Situationen.

Kriens 27. Februar 2012

H.G. / Jahrgang 52

