

DAS FASZIEN-DISTORSIONS-MODELL (FDM)

1. Was sind Faszien?

Die Faszien sind das Bindegewebe, das jede Muskelfaser, jedes Muskelbündel, ganze Muskeln, jedes Organ und den ganzen Körper umschließt. Sie verbinden alle Strukturen und gleichzeitig trennen sie. Sie geben dem Körper seine Form.

2. Welche Funktionen haben sie?

- Sie halten alle Strukturen zusammen.
- Sie halten das Wasser im Körper.
- Sie bilden einen Schmierfilm für ein reibungsloses Gleiten der Muskelstränge und Organe.
- Sie sind eine Schutzfunktion des Körpers gegenüber der Umgebung.
- Sie sind Träger für Nerven, Blutgefäße und das Lymphsystem.
- Sie umhüllen alle Organe und Körperbereiche (z.B. Herzbeutel, Pleura, Peritoneum usw.).
- Besonderheit: Sie sind der Speicherort für Emotionen.
Oft kommt es bei Überlastung durch emotionalen Stress zur Störung der Faszien – dann wirken gestörte Faszien wie Sand zwischen zwei Gleitscheiben.

3. Was ist die FDM-Therapie ?

Die FDM-Therapie ist eine ganzheitliche Therapie. Sie wirkt ursächlich und dadurch sehr effektiv und nachhaltig. Nachhaltig heißt, dass die URSACHEN von Beschwerden behoben werden.

Dieses neue Verständnis der Schmerzentstehung stammt vom amerikanischen Osteopathen und Notarzt Stephen Typaldos. Die Behandlungstechniken kommen aus der Osteopathie, der Chiropraktik, der Manuellen Therapie. Ebenso beinhalten sie Dehnübungen und Faszientraining.

4. Was sind Therapieziele ?

- Das Hauptziel ist eine **SOFORTIGE** und **URSÄCHLICHE** Behebung der Beschwerden und das **NACHHALTIGE** Verschwinden der Symptome.
- Funktionsstörungen, Läsionen, Verklebungen werden in der gesamten Kette abgebaut.
- Dadurch werden Verspannungen und Engpässe gelöst und die Beweglichkeit verbessert.
- Schmerzfreie Bewegung ermöglicht die Steigerung der Leistungsfähigkeit.
- Wiederkehr der erhöhten Lebensqualität.

5. Die FDM-Therapie kann helfen bei:

- Bandscheibenvorfall, Hexenschuss
- Fersensporn, Fußschmerzen, Achillodynie
- Knieschmerzen, Hüftschmerzen
- Lumbalgie, Lumboischialgie, ISG-Probleme
- Brust: Atemprobleme

- Nacken-Kopf-Schmerzen, Nacken-Arm-Schmerzen
- Schulterschmerzen, steife Schulter
- Tennisarm, Golfellenbogen, Maushand
- Kopfschmerzen, Tinnitus, Migräne, Schwindel
- Zähneknirschen
- Cranio-Mandibuläre Dysbalance (Unterkiefergelenk)
- Burnout, Kraftverlust, Leistungsschwund
- Alle Sportverletzungen
- Neurologische Beschwerden, Sensibilitätsstörungen
- Bewegungseinschränkungen vor und nach Operationen
- Bestimmte innere Beschwerden nach ärztlicher Abklärung

6. Warum ist die FDM-Therapie so erfolgreich ?

Unsere Therapie benutzt ein Denkmodell zur Erklärung der Entstehung von Schmerzen und anderen Beschwerden, wobei pathologische Veränderungen in alldurchdringenden Faszien als Ursache betrachtet werden. Auf dieser Basis wird eine Diagnose gestellt, deren Richtigkeit sofort mit manuellen Techniken und Korrekturen von der Patientenseite unter Beweis gestellt wird.

Als sofortiges Ergebnis sollte eine Reduzierung (Linderung) oder Veränderung des Problembildes, in Ausnahmefällen sogar eine Beseitigung eintreten.

7. Warum kann FDM-Therapie Schmerzen bekämpfen ?

Spannungen und Distorsionen in den Faszien verursachen den Schmerz im Gewebe und vermitteln die Schmerzwahrnehmung. Nach der Bestimmung der Art der Distorsion durch die mechanische Behandlung der Faszien verringern wir die Gewebsspannung und beseitigen dadurch die Schmerzursachen. Dadurch ermöglichen wir das Funktionieren der Faszien-schichten und -ketten, verbessern die Elastizität sowie das Gleiten der Faszien. Somit erreichen wir Schmerzfreiheit bzw. Schmerzreduktion.

8. Warum kann die FDM-Therapie die Leistungsfähigkeit steigern ?

Durch o.g. pathologische Veränderungen in der Faszie entstehen im Gewebe nicht-ökonomische Widerstände bei „ normalem“ alltäglichem Funktionieren des Bewegungsapparates. Die Bewegungsausmaße in einzelnen Gelenken werden reduziert – dadurch müssen die benachbarten Segmente zu Hilfe kommen, was einen zusätzlichen Verbrauch der Energie bedeutet.

Durch Verbesserung des Gleitens der Faszien-schichten werden diese Widerstände reduziert – ähnlich wie beim Lösen der Handbremse beim Auto. Die Energie wird befreit, Bewegungen werden rational, das alltägliche Leistungsniveau wird höher.

9. Warum kann die FDM-Therapie den Energiefluss verbessern ?

Emotionen werden gern in Organen und Muskeln gespeichert. Z.B. Aufregung und Stress - im Trapezmuskel (Schulter- Hals), Angst und Wut – im Zwerchfell (Hauptatmungs-muskel).

Das Bindegewebe fixiert diese Zustände für längere Zeit – Chronifizierung. Das Lösen von faszi-alen Blockaden befreit den Energiefluss im Körper. Leichtigkeit-gefühl, Optimismus, neue Herangehensweise sind Ergebnisse dieser Behandlung.

10. Was ist das Besondere an der FDM-Therapie ?

- 1) Mit Hilfe der Patienten-Körpersprache werden Strukturen herausgesucht, deren Symptome momentan am schlimmsten, d.h. am wichtigsten, sind.
- 2) Mithilfe der FDM-Therapie werden die Ursachen dieser Symptome beseitigt.
- 3) Die Ergebnisse der Therapie sind nachhaltig, weil die Ursache-Folge-Kette gelöst wird.

11. Diagnose. Behandlung. Herangehensweise.

- Die „normalen „ Diagnosen“ beschreiben die Krankheiten im Wesentlichen als konstanten Zustand.
- Das FDM sieht das als „ fließenden „ Zustand.
- Die Beschwerdebilder sind auch bei gleichen Diagnosen **NIE** identisch !
- Mit Hilfe der Patienten-Körpersprache werden die Stellen herausgefunden, an denen der Körper am besten und schnellsten reagiert.
- Der Körper versucht selbst stets mit geringstem Aufwand in kürzester Zeit ein optimales Ergebnis zu erzielen.
- Der Mensch zeigt sehr genau die Stelle und beschreibt erstaunlich genau die Form und die Qualität der Schmerzen mit Worten, oft besser als ein MRT.
- Tests vor- und während der Behandlung aktualisieren die objektive Situation und passen den Behandlungsvorgang an.
- Jede Reaktion des Körpers auf die Behandlung wird positiv angesehen und als Dynamik bezeichnet.
- Stärkere Reaktion --- bessere Dynamik--- schnellerer Heilvorgang.
- Wichtigstes Therapie-Prinzip ist die Behandlung der momentanen und schlimmsten Beschwerden. Trotz dieser symptomatischen Orientierung, werden die Ursachen beseitigt.
- Die Behandlung endet mit einem Referenz-Vergleich zwischen dem Beschwerdebild vor und nach der heutigen Sitzung, bei mehrfachen Behandlungsterminen auch im Vergleich zum Behandlungsbeginn.

12. Kosten.

Durch die hohe Effektivität kommt der FDM-Therapeut mit deutlich weniger Behandlungen aus, als es bei bisherigen Behandlungen üblich war.

Die Kosten einer Behandlung werden in der Regel von privaten Krankenkassen und privaten Zusatzkrankenversicherungen erstattet. **Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten bislang nicht.**

Sprechen Sie mit Ihrem Therapeuten über weitere Möglichkeiten der Kostenerstattung.

Erstbehandlung (immer) und bei Notwendigkeit 60 Minuten EURO 110,00

Folgebehandlung 30 Minuten EURO 95,00

(Stand 04/2018)