

Fragen & Antworten von Dr. Elisabeth Höppel zum Thema „Tennisellbogen“

F: Seit Monaten schmerzt mein rechter Ellbogen, wenn ich etwas festhalte. Mir wurde gesagt, dass es ein Tennisellbogen sei, obwohl ich kein Tennis spiele und auch sonst nichts Besonderes gemacht habe. Cortison-Spritzen und Krankengymnastik helfen nur kurzzeitig. Woher kann das kommen?

A: Es handelt sich um eine Entzündung des Muskel-Sehnen-Ansatzes der Handgelenks-Strecker, die recht häufig ist. Der letzte Auslöser kann schon eine Überlastung sein, jedoch ist das oft nur der Tropfen, mit dem ein bereits volles Fass dann überläuft.

F: Überbelastung kann es in meinem Fall ja nicht sein, was ist dann die Ursache?

A: Wie das Bild vom Fass zeigt, gibt es meistens mehrere Gründe. Es ist wichtig, individuell die wichtigsten herauszufinden. Die Muskulatur an Armen und Beinen bildet zusammenhängende Ketten, wo sich Fehlspannungen fortsetzen. Ausgangspunkt ist oft die Wirbelsäule.

F: Da habe ich keine Beschwerden. Kann das dann ausgeschlossen werden?

A: Nein. Manchmal zeigen sich die Beschwerden an einer anderen Stelle. Es erfordert eine genaue Untersuchung im Sinne der ganzheitlichen Orthopädie, die nicht nur den Ort anschaut, wo die Schmerzen sind.

F: Was heißt das noch?

A: Sich nicht nur auf den Bewegungsapparat zu beschränken, sondern auch zu berücksichtigen, dass innere Organe und Stoffwechsel einen Einfluss auf die Muskeln und das Bindegewebe haben. Über den Schmerzpunkt am Ellbogen zieht die Leitbahn des Dickdarms der chinesischen Medizin. Im Bereich des Darms bestehen häufig stumme Entzündungen, deren Folgen sich an anderer Stelle zeigen. Da die Schleimhaut der Nasennebenhöhlen oft parallel reagiert, kann eine – auch symptomlose – Sinusitis vorliegen, die wiederum Einfluss auf die Halswirbelsäule hat.

F: Was kommt noch in Frage?

A: Bei einer Überlastung des Lymphsystems kommt es oft zu Schmerzen in Gelenken und Umgebung. Narben- oder Zahnstörfelder können eine Rolle spielen. Auch die Seele sollte mit einbezogen werden. So können selbst chronische Beschwerden ausheilen, ohne dass man das Thema nur „von A nach B verschiebt“. Ein Beispiel könnte das „Wegspritzen“ eines Tennisellbogens sein, wo dann später ein Bandscheibenvorfall an der HWS auftritt oder ein Tumor im Darm, man also vom „Regen in die Traufe“ gekommen ist.

F: Was für konkrete Behandlungen sind sinnvoll?

A: Im Vordergrund steht natürlich erst einmal die Linderung der Beschwerden. Hier sind vor allem Akupunktur und Osteopathie zu nennen, die den Körper in seiner Eigenheilkraft stärken. Ansonsten ist es abhängig von den Ursachen und ganz individuell – im Sinne, den Menschen zu behandeln und nicht nur die Krankheit.

Praxis für Ganzheitliche Medizin

Reiter Straße 37 • 83527 Haag • Telefon 080 72 | 28 25
praxis@ganzheitlich-aerztlich.de • www.ganzheitlich-aerztlich.de



Dr. med.
Elisabeth Höppel

Ärztin für
Homöopathie
Akupunktur
Naturheilverfahren
Orthopädie