



Friedrichstraße 94  
 10117 Berlin  
 Tel. 030–4000 4666  
 Tel. 0700–docortho  
 Fax 030–4000 4660  
 E-Mail info@docortho.de  
 www.docortho.de  
 S U Friedrichstr., Berlin-Mitte  
 P Ecke Dorotheenstr./  
 Charlottenstr.

# TRIGGER

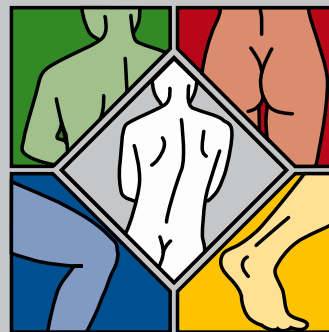
## STOSSWELLEN-THERAPIE (TST®)

### Meine TST-Termine:

Wochentag	Datum	Uhrzeit
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		

**Dr. med. Wolfgang Weihe**  
**Dr. med. Andreas Heinzinger**  
**Priv. Doz. Dr. med. Oliver Miltner**  
**FACHÄRZTE FÜR ORTHOPÄDIE UND UNFÄLLE (H-ARZT)**

Sportmedizin, Akupunktur, Chirotherapie, Schmerztherapie, physikalische Therapie, Sonographie, Röntgen, Osteoporose-Knochendichtemessung, Knorpel-schutztherapie, 3-D-Körperstatikanalyse, Lasertherapie, Triggerosteopraktik, Stoßwellentherapie, Magnetfeldtherapie, Kinderorthopädie, Aufbaukuren, Gutachten, Osteologie, ambulante und stationäre Operationen



PRAXIS FÜR GANZHEITLICHE  
**ORTHOPÄDIE**

Die Behandlungsmethode der Zukunft



**WISSENSWERTES** Die von dem Münchener Arzt Dr. Wolfgang Bauermeister entwickelte Trigger-Stoßwellen-Therapie (TST®) dient der Bekämpfung der Ursachen von chronischen und akuten Schmerzen sowie zur Behandlung von Sportverletzungen. Diese neuartige Therapieform basiert auf dem Konzept der amerikanischen Trigger-Medizin, die in den USA seit zwei Jahrzehnten zur Schulmedizin gehört. Aufgrund der überzeugenden Behandlungsergebnisse findet die Trigger-Stoßwellen-Therapie in Fachkreisen außerordentlich große Resonanz.

**WAS SIND TRIGGER?** Trigger sind Muskelfasern, deren Stoffwechsel gestört ist. Wegen Durchblutungs- und Sauerstoffmangels steht ihnen nicht genügend Energie für eine normale Funktion zur Verfügung. Deshalb verkürzen und verdicken sich diese Fasern und bringen den Muskel damit unter Spannung. Die Folgen: Der Muskel verliert seine Leistungsfähigkeit, es entstehen Verspannungen und Verhärtungen, die als druckempfindliche Knoten oder Stränge tastbar sind und Schmerzen verursachen.

**WIRKUNGSWEISE** Die entscheidende Schwierigkeit in der Diagnostik von Triggern liegt darin, dass die Beschwerden oftmals an Körperstellen auftreten, die weit vom Ursprung des Schmerzes entfernt liegen. Ziel der Trigger-Stoßwellen-Therapie ist es, die Trigger zu erkennen, zu lokalisieren und aufzulösen. Durch die Therapie wird die Durchblutung der behandelten

Muskeln verbessert, die Muskeln werden elastischer und gewinnen an Kraft – Schmerzen und Verspannungen lösen sich auf. Laut einer Studie von Dr. Bauermeister liegt die Erfolgsquote bei über 95 %.

**ANWENDUNGSGEBIETE** der Trigger-Stoßwellen-Therapie sind insbesondere Verspannungen im Nacken und in den Schultern, Knie-, Hüft- und Ellenbogenschmerzen, Bandscheibenprobleme, Muskelverkrampfungen, Achillessehnenreizungen, Ischiasbeschwerden, Rücken- und Kopfschmerzen sowie Sportverletzungen.

**NEBENWIRKUNGEN** Zu Beginn der Therapie muss die Behandlung mit einem so hohen Druck erfolgen, dass der Patient die Trigger deutlich spüren kann. Dies ist zumeist sehr schmerzhaft, für den Behandlungserfolg jedoch unerlässlich. An einigen Körperstellen wie den Oberschenkeln, dem Gesäß oder im Brustbereich bilden sich als Folge des kräftigen Massage-drucks oberflächliche Blutergüsse. Dennoch ist die Trigger-Stoßwellen-Therapie eine risikoarme und sehr effektive Alternative zu herkömmlichen Behandlungsmethoden. Sie kommt ohne den Einsatz von Medikamenten aus und ist somit frei von medikamentösen Nebenwirkungen.

**ART UND DAUER DER BEHANDLUNG** Die Behandlungszeit richtet sich nach dem Krankheitsbild. Ein Durchgang für den Nacken-, den Schulter und den oberen Rückenbereich beansprucht etwa 20 Minuten. Die Behandlung erfolgt im Sitzen oder im Liegen. In der Regel sollte bei sechs bis zehn Sitzungen eine Behandlung pro Woche erfolgen.

**BEHANDLUNGSKOSTEN, ERSTATTUNG** Die Trigger-Stoßwellen-Therapie kostet pro Behandlungstermin ca. 200 EURO. Private Krankenversicherer übernehmen die Kosten dieses Therapieverfahrens gewöhnlich. In den Leistungskatalogen der gesetzlichen Krankenkassen wurde die Trigger-Stoßwellen-Therapie bislang leider nicht berücksichtigt.