

Christina Hübener : Yurashi - in der Ergotherapie

(zuerst veröffentlicht im Yurashi Newsletter No. 11)

In meiner Praxis für Ergotherapie behandeln meine Mitarbeiter und ich Kinder und Erwachsene mit verschiedensten Behinderungen, Krankheitsbildern und psychischen Problemen.

Seit meinem Anwender-Kurs Yurashi im Jahr 2014 wende ich diese Methode im Rahmen der Ergotherapie an. 2015 erlernte eine Mitarbeiterin Yurashi, und auch sie setzt diese Methode regelmäßig mit viel Erfolg in der ergotherapeutischen Behandlung ein.

Obwohl Yurashi in Deutschland von den Krankenkassen nicht als Therapiemethode anerkannt ist und ich verpflichtet bin, nur anerkannte Therapiemethoden einzusetzen, habe ich täglich mit dem Einverständnis meiner Patienten Yurashi angewandt.

Aus einem einfachen Grund: Ich bin von Yurashi überzeugt!

Mit dem Ergebnis: Meine Patienten sind es auch!

In schriftlicher Form informierte ich damals die im Ort (Hilden / Düsseldorf) ansässigen Ärzte über dieses in Deutschland neue Verfahren. Ohne Resonanz. Wirkungsvoll dagegen war, dass Patienten, welche die Wirkungsweise von Yurashi am eigenen Körper erlebt hatten, ihre Erfahrungen den behandelnden Ärzten mitteilten.

So geschah es auch in der psychiatrischen Institutionsambulanz, einer Einrichtung, für ambulante Psychotherapien. Dort trafen die Aussagen unserer Patienten bei den Ärzten auf offene Ohren. Seither kommen in stetig wachsender Zahl Patienten mit einem Rezept für Ergotherapie zu uns mit dem mündlichen Auftrag: „Sie sollen Yurashi mit mir machen! - Was ist das?“

Diese Frage liebe ich. Und ebenso gern beantworte ich sie.

Im Folgenden möchte ich nun über zwei Patientinnen berichten, die von mir mit Yurashi behandelt wurden.

Die eine Patientin war 67 Jahre alt, hatte ihr Leben lang als Buchhalterin gearbeitet, war verheiratet, ohne Kinder. Nach ihrer Berentung vor zwei Jahren wurde ihr aufgrund von schmerzhafter Arthrose ein neues Hüftgelenk implantiert, im Anschluss 6 Wochen Reha. Unmittelbar darauf erhielt sie die Diagnose Brustkrebs, brusterhaltende OP, wieder Reha. Seit der zweiten OP litt sie unter depressiver Verstimmung mit Schlafstörungen, die sich u. a. in Form von Einschlaf- und Durchschlafstörungen zeigten. Die Patientin hatte über mehrere Monate keinen erholsamen Schlaf mehr erlebt. Wenn Sie über die Ereignisse der letzten zwei Jahre sprach, standen ihr oftmals Tränen in den Augen, und sie wirkte gleichsam mürrisch.

Auf meinen Vorschlag, es mit Yurashi zu probieren, legte sie sich mit den Worten: „Entspannung hat bei mir noch nie gewirkt, aber es wird ja wohl nicht schaden...“, mit einem äußerst skeptischen Gesichtsausdruck auf die Behandlungsliege.

Schon nach wenigen Minuten wich die Anspannung aus ihrem Gesicht und sie registrierte die Verringerung der Rückenschmerzen, von denen sie bis dahin nie etwas erwähnt hatte. Am Ende der Behandlung richtete sie sich mit den Worten auf: „So etwas habe ich noch nie erlebt!“ Sie wollte es eigentlich nicht zulassen, aber sie lächelte.

Bei unserem nächsten Treffen erzählte sie von allen möglichen Ereignissen, und in einem Nebensatz erwähnte sie beiläufig, dass sie die ganze Woche gut eingeschlafen sei und sogar durchgeschlafen habe! Sie wisse nicht, woran das liege, das könne doch nicht von 1 x Yurashi sein!“ Sie hat noch weitere 9 Yurashi-Behandlungen in Anspruch genommen und dann die Therapie beendet. Der gute Schlaf war

geblieben und sorgte für ihre Genesung und ihr Wohl-befinden. Deutlich sichtbar kam die Freude in ihr Leben zurück!

Eine andere Geschichte:

Menschen mit Angststörungen können es häufig nicht aushalten, von anderen Menschen berührt zu werden. Oft dauert es Wochen oder Monate dauern, bis ein Vertrauensverhältnis geschaffen ist, und selbst dann kann es für den, der die Berührung erfährt, eine Gratwanderung sein.

Die Patientin, von der ich nun berichte, ist 36 Jahre alt. Sie erlitt bereits als Kind schwere Traumata in ihrer Familie durch Gewalt und Missbrauch. Sie entwickelte eine multiple Persönlichkeit und kann bis heute starken inneren Druck meist nur durch Selbstverletzung lösen. Physische Schmerzen hat sie sprichwörtlich von Kopf bis Fuß. Fast alle Gelenke schmerzen, ebenso der Kopf, der Bauch, die Beine, der Rücken. Die jeweiligen Fachärzte wie Orthopäden und Internisten können dafür keine Ursache finden und in Folge dessen außer Schmerztabletten keine Hilfe anbieten.

Lange, nachdem ich dieser Patientin von Yurashi erzählt hatte, bat sie mich eines Tages um eine solche Behandlung, da sie aktuell unter extremen Kopfschmerzen litt. Äußerst behutsam und mein Tun ständig erklärend, bekam sie ihre erste verkürzte Yurashi Anwendung. Obwohl sie währenddessen ständig in ihre Schutzfunktion – also in andere innere Persönlichkeiten – wechselte, erlebte sie die Behandlung als wohltuend, entspannend, schmerzreduzierend und sogar Tränen lösend ...

Im Verlauf weiterer Yurashi Behandlungen konnte bei dieser Patientin besonders im Bereich des Nackens, der Schultern und der Beine eine deutliche Linderung der Schmerzen erzielt werden. Auch wenn ihre Schmerzen hier nicht ursächlich gelöst werden können, bedeutet die Schmerzreduzierung durch Yurashi als begleitende Maßnahme für diese junge Frau (nach eigenen Aussagen) einen Weg in Richtung von ein wenig Lebensqualität.

So könnte ich noch von vielen weiteren positiven Beispielen erzählen ...

Ich freue mich sehr auf alles, was ich weiterhin über Yurashi lernen darf und auf all die Erfahrungen mit Yurashi, die noch vor mir liegen.

*Dies war Christina Hübeners Beitrag in unserer Präsentation im **Japan Judo Therapy, Acupuncture & Moxibustion Therapy College** in Shibuya-ku / Tokyo am 5. November 2017.*

Christina Hübener war seit 2013 - „von Anfang an dabei“ -, sie zählt heute zu den erfolgreichsten und erfahrensten Yurashi-Therapeutinnen und zu den ersten Lehr-Therapeutinnen in Deutschland.

Ihre Yurashi-Anwender-Kurse finden in ihrer großen ergotherapeutischen Praxis in Hilden (Rheinland) statt.