

## **Frank Brandes: Drei Behandlungsberichte**

(zuerst veröffentlicht im Yurashi Newsletter No. 2)

### **Prellungen, Zerrungen und Verstauchungen beim Fußball**

Ein Spieler erlitt beim Spiel an einem Samstag ein „Eisbein“, einen heftigen Stoß auf den Oberschenkel-Muskel. Er hat das Spiel noch beendet. Sonntags waren die Schmerzen derart groß, dass selbst ein leichtes Anheben des Beines nicht möglich und der Schlaf aufgrund vieler schmerzbedingter Unterbrechungen nicht erholsam war. Die PECH-Regel wurde nicht berücksichtigt.

Ab Montag bekam er vier Tage hintereinander eine Yurashi-Behandlung. Die erste Behandlung war eine Ganzkörperbehandlung. Dann wurde der Fokus eher auf das verletzte Bein gelegt. Der Balance halber wurden beide Beine behandelt. Die Prellung hatte eine Länge von circa 20 cm und 10 cm in der Breite. Neben der Lockerung durch Bewegung kam die Technik für Zerrungen zur Anwendung. Das Ergebnis nach der Behandlung am Montag war nicht nennenswert. Dienstag war es ihm dann möglich, seinen Fuß mit den Händen zu erreichen. Am Mittwoch humpelte er nur noch leicht ohne große Schmerzen. Nach der Donnerstagsbehandlung konnte er ohne weitere Belastungen Trainingsläufe absolvieren. Das Freitagstraining hat er komplett absolviert und war ohne Befund beim nächsten Spiel am Sonntag darauf, wo er jedoch noch geschont wurde und auf der Bank blieb.

Einige Beobachtungen zu Muskelzerrungen und Bänderdehnungen:

a) Yurashi-Behandlungen, die nicht in der oben geschilderten Kontinuität durchgeführt werden konnten, zeigten Besserungen aber keine 100%ige Beschwerdefreiheit. Zum einen lag es an der Diskontinuität, zum anderen an mangelnden Ruhezeiten, so dass die Belastungen durch Training, bzw. Wettkampf auf die Läsion wiederum zu hoch waren.

b) Zudem scheint eine Akut-Behandlung unmittelbar nach Traumen – sofort bis zu 30 Minuten nach dem Vorfall bzw. Spielende – nicht besonders nachhaltig zu sein. Der zu diesem Zeitpunkt noch hohe Stresspegel scheint eine Entspannung zu erschweren.

c) Im Gegensatz dazu, war es jedoch möglich, Schmerzpunkte und leichtere bzw. bereits fast abgeklungene Schmerzen vor dem Wettkampf zu reduzieren oder zu eliminieren, so, dass der Spieler auch nach den 90 Minuten noch beschwerdefrei war. Zum Einsatz kam als Abschluss die Methode der Entspannung des Therapeuten-Kurses.

d) Da das Kinesio- oder Medical-Taping die manuelle Behandlung gewissermaßen fortführt, wurden in einigen Fällen unterstützend entsprechende Anlagen geklebt.

### **Neuralgie und BWS-Hyperkyphose**

Eine 49-jährige konnte erfolgreich mit der Techniken der punktuellen seitlichen Dehnung gegen ihre Neuralgie im Nackenbereich behandelt werden. Gelegentlich zeigen sich die Symptome wieder, wenn die Arbeitsbelastung mit strukturbedingter eher unergonomischer Arbeitsweise und zusätzlichem Stress zu einem Zeitpunkt zu hoch werden.

Eine Standard-Yurashi-Behandlung – Entspannung durch Bewegung, NENTEN-Rotation – zeigte sich nicht so erfolgreich. Die Dame verspürte eher zusätzlichen Dehnungsschmerz und Muskelkater im Nacken und Schulterbereich in den nächsten zwei Tagen. Ursächlich können hierfür die Streckung unter Zug gewesen sein, die dem Rundrücken zu entgegengesetzt wirkten.

### **Zunächst kein Fall für Yurashi**

Eine ca. 70 jährige Dame klagt seit einem Jahr über Schmerzen in Knochen und Muskeln, insbesondere im Bereich LWS, Hüfte, Beine und Knie. Sie litt an einer Durchschlafstörung. Zudem ist sie eine starke Raucherin. Wenig Schlaf war für sie immer normal und bis vor einem Jahr war sie auch noch gering

berufstätig. Ein Autounfall vor einem Jahr, bei dem sie angefahren wurde, brachte Rippenbrüche und Prellungen am Arm mit sich, die allerdings verheilt sind. Sie nimmt gegen die Schmerzen Ibuprofen in hoher Dosis.

Standard Yurashi-Behandlungen erfolgten i.d.R. einwöchentlich. Sie verschafften der Dame Linderung, machte es möglich, die Schmerzmittel auf zwei Tage in der Woche zu reduzieren. Der Schlaf besserte sich nicht. Ohne Behandlung wurden die Schmerzen schnell wieder stärker.

Ärztliche Untersuchungen in den unterschiedlichsten Organsystemen waren altersgerecht (leichte Hypertonie, leichte Coxarthrose), ansonsten ohne Befund (Blut, Gefäße, Herz, innere Organe). Demnach sei sie gesund, so die Aussage. Lediglich eine Osteoporose wurde diagnostiziert. Dafür bekam sie ein wohl zu gering dosiertes Calcium-Vitamin-D-Kombipräparat (1400 IE/d).

Wären die Ursachen strukturell bedingt gewesen, hätte die Entspannung der Gefäßbahnen, der Muskulatur und damit auch nervaler Leitungsbahnen zu einer nachhaltigen Besserung führen sollen. Das war nicht der Fall. Alle Symptome können allerdings auch ein Ausdruck ausgeprägten Vitamin-D-Mangels sein, der sich erwartungsgemäß als schwer erniedrigt erwies.

Bereits eine langsame Steigerung durch Substitution auf den unteren Vitamin-D-Spiegel-Grenzwert laut Schulmedizin sorgte für nun täglichen Schlaf zwischen sechs und acht Stunden. Die Schmerzen sind weitestgehend verschwunden. Aufgrund der wiedergewonnenen Lebensqualität sind momentane, recht begrenzte muskuläre Beschwerden auf Überbelastung und evtl. noch nicht vollständig wiederhergestellte Stoffwechselprozesse zurückzuführen.



*Heilpraktiker Frank Brandes, Dozent der Heilpraktikerschule Düsseldorf und Yurashi-Lehrtherapeut, war mit dieser Veröffentlichung (damals als Yurashi-Therapeut) im Jahr 2014 der erste, der überhaupt jemals einen Behandlungsbericht in Deutschland veröffentlichte.*