



Karin V., Jahrgang 1960, und Tochter, Region Offenburg, chronische Polyarthrititis

Tiefe Lösung und Stabilität

Karin V. hat eine schwere chronische Polyarthrititis und hatte mehrmals im Jahr einen „Hexenschuss“.

Sie ist zudem sehr belastet durch den Gesundheitszustand ihrer Tochter Katharina V., die seit ihrer Kindheit an einer ICP (Infantile Cerebralparese) und Veränderung an der Wirbelsäule leidet.

Nach einem Bandscheibenvorfall verschlimmerten sich die Schmerzen trotz monatelanger krankengymnastischer Behandlung.

Karin V. hat über 3 Jahre regelmäßig Eutonie-Wochenkurse besucht und führte empfohlene Übungen zu Hause durch.

Eine hochgradige Verspannung der äußeren und tiefliegenden Rückenmuskulatur schränkte die Funktionen des Bewegungsapparates ein, ständiger Druck der Muskeln schädigte die Gelenke.

Anstatt eines Muskeltrainings, wie von der Krankengymnastik empfohlen, stand eine Entspannung durch Tonussenkung im Vordergrund.

Die Eutonie-Prinzipien Berührung und Kontakt bewirkten eine tiefe Lösung des Gewebes. Anschließend konnte durch den Einsatz der Prinzipien Raum und Verlängerung die Beweglichkeit der Gelenke mobilisiert werden.

Sie sagt, dass sie froh ist, eine Methode gefunden zu haben, die sie selbständig ausüben kann. Durch eine Kombination von Eutonie und Ernährungsumstellung ist sie frei von Beschwerden.

Die Stabilität der Knochen und Gelenke für eine ökonomische Aufrichtung wurden durch das Prinzip Transport gefördert.

Die Tochter von Karin V. kam zu 3 Einzelstunden und übte nach Anweisungen zu Hause.

Karin V. beschreibt, dass es ihr zu Beginn kaum möglich war, flach auf dem Boden zu liegen. Sie staunte, dass sie schon nach wenigen Stunden beschwerdefrei und entspannt liegen konnte, obgleich sie in den Eutonie-Stunden „nur“ auf dem Boden und später auf hartem Material (Holzstab oder Ball) gelegen habe. Sie hätte dabei gelernt, dass sie ihr Gewicht abgeben kann, damit es der Schwerkraft folgt und vom Boden getragen wird. Sie sagt, dass sie froh ist, eine Methode gefunden zu haben, die sie selbständig ausüben kann. Durch eine Kombination von Eutonie und Ernährungsumstellung ist sie frei von Beschwerden, „Hexenschüsse“ kommen nicht mehr vor.

Frau Karin V. hatte vorher verschiedene Therapien erfolglos ausprobiert und kam über die Rheumaliga zur Eutonie. Sie machte die Erfahrung, dass nicht muskelkräftigende Übungen, sondern spannungsregulierende Übungen ihr halfen und zu anhaltenden heilenden Veränderung führten.

Karin V. hat nimmt seit 2007 gemeinsam mit ihrem Mann regelmäßig an Wochenkursen teil. Die Tochter führt ihre Übungen weiter aus. Die Eutonie wurde für die ganze Familie eine Hilfe.

Durchführende Eutoniepädagogin/-therapeutin

Christel Schwiegershausen
Friedrichstraße 18
77654 Offenburg

Telefon: (0781) 33103 E-Mail: c.schwiegershausen@gmx.de

Sie hätte dabei gelernt, dass sie ihr Gewicht abgeben kann, damit es der Schwerkraft folgt und vom Boden getragen wird.