



Beitrag von **Kurt Allenspach**
Inhaber Allwaspa Infrarotkabinen

Fibromyalgie – Infrarot ist ein erprobter Lösungsansatz

Wer unter Fibromyalgie leidet weiss, dass die Wissenschaft bisher kein Patentrezept dagegen hat. Ganz im Gegenteil, von Fibromyalgie betroffene Personen fühlen sich oft wie ewige Versuchskaninchen. Da die Krankheit keine eindeutige Ursache hat (siehe nächsten Abschnitt), muss die Behandlung sozusagen «erprobt» werden. Es dauert Jahre, bis eine Behandlung auch nur anspricht. Und dennoch bleiben bei den meisten Betroffenen die Beschwerden wie Muskel- und Gelenkschmerzen. Leider kommen im Verlauf der Behandlungszeit dann auch noch die Nebenwirkun-

gen der Medikamente dazu. Gleichzeitig ist der Körper einem immensen Stress ausgesetzt, da er sich durch die ständig wechselnde Behandlungsmethode nie richtig an eine Behandlungsmethode gewöhnen kann. Dieser Stress ist aber genau das, was die Krankheit verursachen/verschlimmern kann.



Doch es gibt aus der Erfahrungsmedizin Lösungsansätze, die Beschwerden zu lindern und die Krankheit einzudämmen.

Wie entsteht Fibromyalgie

Nein, ich kann hier leider keine neuen Erkenntnisse publizieren. Die Wissenschaft muss hier immer noch mit Annahmen arbeiten. Aktuell vermutet man diese Gründe für die Krankheit:

- Stress führt immer zu Verspannungen und wenn diese chronisch werden, schmerzen die Muskeln und die Gelenke.
- Sensibilisierung: Fibromyalgie Betroffene scheinen sehr sensibel auf Reize zu reagieren und diese lösen im Körper Reaktionen aus, die sehr viel stärker sind als bei anderen Menschen. So kann z.B. ein kleiner Vorfall (Ei fällt in der Küche zu Boden) für einen Fibromyalgie Erkrankten eine Katastrophe sein und dementsprechend starke Auswirkungen auf den Körper haben.
- Geschädigte Nervenfasern: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Anteil der geschädigten Nervenfasern und der Fibromyalgie. Ob jedoch die geschädigten Nervenfasern Ursache oder Folge der Fibromyalgie sind, ist nicht bekannt.
- Eine bestehende Autoimmunerkrankung, z.B. rheumatoide Ar-

thritis, kann das Entstehen der Fibromyalgie fördern.

- Stoffwechselstörungen: Diese finden sich häufig bei Betroffenen mit Fibromyalgie. Doch auch hier kann ein gestörter Stoffwechsel seine Ursachen im Stress haben und/oder in der Belastung durch Medikamente.

Diagnose der Fibromyalgie

Da die Krankheit selber im Labor nicht festgestellt werden kann, behilft man sich mit den Aussagen der Betroffenen und/oder dem Fragebogen «Schmerzindex» bzw. dem Fragebogen «Symptom-Schwere-Skala». Und mit dem Messen von gewissen Indikatoren (wie oben beschrieben), also dem Zustand der Nervenfasern und dem Stoffwechsel.



Bisherige Behandlungsmöglichkeiten der Fibromyalgie

Aus den vorher erwähnten Gründen gibt es keinen allgemeingültigen Therapieplan für die Fibromy-

algie. Aktuell setzt man auf eine Kombination von verschiedenen Behandlungsmethoden. Das sind diese vier Eckpunkte: Medikation, Körpertherapie, medizinisches Wissen vermitteln, das Umfeld der Betroffenen einfacher machen. Es ist leicht nachvollziehbar, dass diese Therapie nicht zum Ziel führen kann, denn die Krankheit ist weiterhin nicht erkannt und die Krankheitsursachen werden im besten Fall nur teilweise beseitigt.

Neue Behandlungsmöglichkeiten der Fibromyalgie

Wir beraten seit mehr als 13 Jahren erkrankte Personen. Viele dieser Betroffenen haben etliche Therapien hinter sich und verschiedenste Medikamente getestet und nichts oder nur wenig hat geholfen. Der Ansatz mit der Infrarotkabine ist auch bei der Fibromyalgie ein anderer. Die Infrarotkabine arbeitet mit dem natürlichen Infrarot – es ist die gleiche Lebensenergie, welche die Sonne sendet. In der Infrarotkabine allerdings konzentriert hergestellt und dadurch sehr unterstützend für den Körper. Und nach 13 Jahren Erfahrung ist es für uns logisch und nachvollziehbar, weshalb die Technik des Infrarots so gut unterstützt und den Körper wieder ins Gleichgewicht bringt. Die Rückmeldungen unserer Kundschaft beweisen es. Hier nun, wie die Infrarot-

kabine die Schmerzen lindern und die Ursachen beheben kann.

Stress

Ein Stressimpuls löst im Körper eine Kettenreaktion aus und durch die dabei entstehenden Stress-Hormone bleiben diese sechs Stunden im Körper. Die Stresshormone wiederum lösen selbst Reaktionen aus im Körper. Hier seien nur ein paar erwähnt: Zucker ins Blut leiten, Blutgefäße verengen, Muskeln anspannen, Verdauung reduzieren. Es ist leicht nachvollziehbar, dass es nur zwei Stressimpulse pro Tag braucht, um den ganzen Tag voll von Stresshormonen zu sein. Und für sehr sensible Menschen kann schon ein kleiner Vorfall (Ei fällt zu Boden) so viel Stress auslösen, dass der Körper für sechs Stunden voller Stresshormone ist. Es gilt also, den Körper regelmässig von Stresshormonen zu befreien. Dies erfolgt sehr effektiv in der Infrarotkabine.



Die hohe Entgiftungsleistung setzt auch beim nicht erwünschten Stresshormon an. Man fühlt sich nach der Sitzung in der Infrarotkabine viel ruhiger, klarer im Kopf und die Panik ist weg. Durch regelmäßiges Beseitigen der Stresshormone entsteht im Körper auch eine Widerstandsfähigkeit gegen Stress-Situationen.

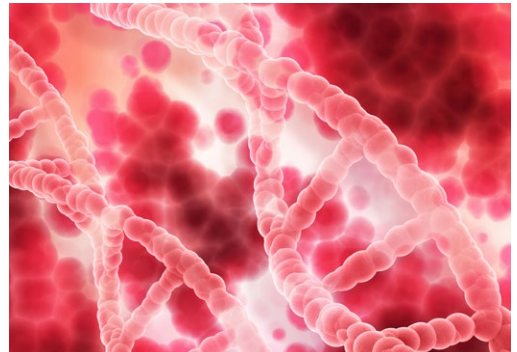
Verspannungen lösen

Die hohe Entspannungsleistung der Infrarotkabine rührt daher, dass wir jede einzelne Muskelfaser entspannen können. Anders als ein Mensch, der nur von aussen den Muskel behandeln kann, arbeitet die Infrarotkabine dank der Infrarotenergie von innen. Die Entspannungsleistung der Infrarotkabine ist dadurch viel tiefer als die manuelle Entspannungsleistung. Diese Entspannung erfährt der Betroffene bereits in der ersten Sitzung. Und dabei spielt es keine Rolle, welcher Muskel verspannt ist, die Energie des Infrarots verteilt sich im ganzen Körper und es ist auch der Körper selbst, welcher seine verspannten Stellen kennt und dort das Schwergewicht setzt, wo es am Dringendsten ist. Die entspannten Muskeln führen dann fast automatisch auch zu einem besseren Schlaf und logischerweise auch zu schmerzfreien Gelenken. Hier verweise ich gerne auf mein Experteninterview beim

Gesundheitssender QS24. Sie finden das Interview auch auf unserer Webseite. Es beschreibt anschaulich den Zusammenhang zwischen verspannten Muskeln und Gelenkschmerzen.

Immunsystem

Wenn das Immunsystem bei Ihnen auch eine Teilverantwortung trägt für Ihre Fibromyalgie, so haben wir gute Nachrichten. Bei jedem Gang in die Infrarotkabine wird Ihr Immunsystem so gut stimuliert, dass die Produktion von Immunzellen um 50 % erhöht wird.



Diese Stimulation freut das Immunsystem, denn es kennt seine vielfältigen Aufgaben und braucht jede Unterstützung, die es kriegen kann. Schon viele Menschen mit Autoimmunerkrankungen konnten ihr Immunsystem wieder stabilisieren, dank dem regelmässigen Gang in die Infrarotkabine. Mehr noch: Wenn das Immunsystem stark ist, dann ist der Körper weniger anfäll-

lig auf Infekte. Und sollte es dann doch mal ein Infekt schaffen, einzudringen, dann wird er sehr viel schneller neutralisiert. Fazit: Der Körper wird nicht unnötig lange belastet von Infekten. Das ist bei Betroffenen, welche sowieso schon mit einer schweren Krankheit zu kämpfen haben, ein grosser Segen.

Stoffwechsel und Untertemperatur

Hier nun aus meiner Erfahrung der Hauptgrund für die lange Leidenszeit und die nicht stattfindende Genesung. Untertemperatur! Wie weiter vorne erwähnt, besteht ein Zusammenhang zwischen ungenügendem Stoffwechsel und Fibromyalgie. Das ist nur logisch, muss aber mal erklärt werden. Alle Menschen mit Fibromyalgie haben Untertemperatur. Also eine Temperatur deutlich tiefer als 37° Grad. Und mit jedem Grad weniger an Körpertemperatur arbeitet der Stoffwechsel um 50 % weniger (das Immunsystem übrigens auch!). Nicht selten haben wir Kunden in der Beratung, welche eine Körpertemperatur von 35° Grad haben.

Selbst wenn Sie alles versuchen, Ihren Körper mit Nahrungsergänzungsmitteln und biologischem Essen zu unterstützen. Es wird wenig nützen. Denn wegen dem herabgesetzten Stoffwechsel – wegen der

Untertemperatur – wird sämtliche Nahrung nicht richtig verstoffwechselt. Mit der Infrarotkabine führen wir dem Körper Energie zu und erhöhen während jeder Sitzung und für rund drei Stunden danach die Körpertemperatur um mehr als 1 Grad. So lernt der Körper wieder, wie seine richtige Temperatur ist. Und damit steigt automatisch die Kraft des Stoffwechsels.



Glückshormone

Wissenschaftlich belegt und von zahlreichen Kunden bestätigt ist der Effekt, dass während der Sitzung in einer Infrarotkabine Glückshormone produziert werden. Das ist sehr viel Wert für einen Menschen, welcher seit Jahren nur Schmerzen hat und oft verzweifelt war. Das regelmässige Produzieren von Glückshormonen im Körper dank der Infrarotkabine führt zu einem spürbar zufriedeneren Leben.