

# Alternative Vorgehensweise bei Schmerzen

**Michael Aigner, Heilpraktiker für Psychotherapie in Westerheim, hat eine Behandlungsweise entwickelt, die schmerzlindernd und heilsam wirkt.**

Seine Patienten berichten oftmals nach wenigen Sitzungen von einer deutlichen Reduzierung der Schmerzen – und dies gänzlich ohne Schmerzmittel, Medikamente oder körperlichen Behandlungen. Ob Rücken-, Gelenk-, Kopf- oder Muskelschmerzen – seine Art mit diesen umzugehen, ist stets dieselbe und scheinbar wirkungsvoll. „Meine Empfindungsfokussierte Schmerztherapie hat bereits zahlreichen Patienten geholfen“, berichtet Aigner.

Mit einer völlig anderen Vorgehensweise geht der 53-Jährige mit seinen Patienten deren Schmerzen an, um diese zu lindern. „Mit dem Gegenteil, wie wir im Allgemeinen mit Schmerzen umgehen“, berichtet Aigner. Und dieser Weg ist heilsam. So hat er beispielsweise



Michael Aigner.  
FOTO: SU

seinem 63-jährigen Mann, der eigentlich wegen eines Bandscheibenvorfalles hätte operiert werden sollen, seinen Rückenschmerz genommen. Aigner kann auf zahlreiche Fälle zurückblicken, bei denen seine Behandlungsweise auch andere Beschwerden seiner Patienten erheblich vermindert hat. Der Heilpraktiker erhielt dafür von seinen Patienten zahlreiche Rückmeldungen – einige davon kann man auf seiner Homepage lesen.

Aigners Sichtweise: „Unser Körper lässt uns nichts aus Zufall fühlen, er will uns mitteilen, wo etwas in uns nicht in Ordnung ist – unser Körper hat eine eigene Intelligenz. Alles in uns will wahrgenommen und gefühlt werden – so dass es heilen kann. Sonst würde es

sich ja nicht bemerkbar machen. Geben wir dem, was wir fühlen, den notwendigen Raum, dann ist dies heilsam.“ Und Aigner fügt hinzu: „Das ist in etwa so, wie wenn an eine offene Wunde Licht und Luft kommt – dann kann sie viel besser heilen.“ Aigner aktiviert mit seiner „empfindungsfokussierten Schmerztherapie“ sozusagen die Selbstheilungskräfte seiner Patienten.

„Was machen wir normalerweise mit Schmerzen?“, fragt Aigner provokant. „Wir unterdrücken sie, wollen sie verständlicherweise weghaben, betäuben sie oder lassen sie operativ entfernen.“ Tun wir jedoch alles „gegen“ unseren Schmerz, arbeiten wir im Grunde gegen uns selbst. Patienten berichten teilweise, dass nach einem operativen Eingriff entweder das Gelenk immer noch schmerze oder der Schmerz auf das gegenüberliegende Gelenk übergegangen sei. Diese Menschen können sich das nicht erklären – für Ai-

gner ist jedoch der Fall nachvollziehbar.

Seine Vorgehensweise erfordert einen äußerst sorgsam und behutsamen Umgang mit dem Patienten. Aber Michael Aigner ist aufgrund seiner zahlreichen Behandlungen routiniert und hat seiner Methode jetzt mit „empfindungsfokussierte Schmerztherapie“ einen Namen gegeben.

Auf die oft gestellte Frage hin, wie er diese Wirkung erzeuge, antwortet Aigner: „Mit dem absoluten Gegenteil, wie wir normalerweise mit Schmerzen und Beschwerden umgehen. Das ist noch nicht alles, aber ein Großteil des Rezepts.“

Was seine Patienten sonst noch erwartet, erfahren diese in seiner Praxis in Westerheim. Es ist jedoch keine physiotherapeutische Behandlung und somit haben er und seine Patienten ausreichend Abstand in Corona-Zeiten.

Nähere Infos gibt es auf der Homepage [www.heilpraxis-aigner.de](http://www.heilpraxis-aigner.de)

## Sorgentelefon

Die Corona-Pandemie ist noch nicht vorbei und Ängste und psychische Probleme können langsam aber sicher bedrohlich werden und schließlich auch zu körperlichen Schmerzen führen. Hier setzt Heilpraktiker Michael Aigner an, der jetzt in der Corona-Krise gerne ein Sorgen-Telefon für leid geplagte Klienten mit zum Beispiel Rückenleiden oder Gelenkschmerzen anbietet. „In meiner Privatpraxis muss ich jeden Tag feststellen, wie die Corona-Krise den Menschen zusetzt“, sagt Michael Aigner. „Die Anforderungen und Spannungen sind mannigfaltig und haben oft erhebliche Einbußen an Lebensqualität zur Folge.

Die Telefonsprechstunde ist Mittwoch, 8. Juli, von 16 bis 19 Uhr. Die Telefonnummer lautet: 07333 / 950 49 04.