

Unverträglichkeiten bei Ihnen bekannt sind.

**Off-Label-Einsatz:
Ihr Arzt trägt das Risiko**

Für Verwunderung sorgt ein Blick in den Beipackzettel mitunter auch dann, wenn Sie unter „Anwendungsgebiete“ Ihre eigene Krankheit gar nicht finden. Dann handelt es sich um eine „zulassungsüberschreitende“ Anwendung, (englisch = Off-Label-Use). Die Krankenkassen übernehmen die Kosten für solche Verschreibungen, etwa wenn keine andere Therapie verfügbar ist.

Bewährt hat sich beispielsweise das Epilepsie-Medikament Gabapentin bei chronischen Schmerzpatienten oder der Wirkstoff Misoprostol (zugelassen gegen Magengeschwüre) zur Geburtseinleitung. Auch die Hälfte aller Krebsmedikamente wird „Off-Label“ eingesetzt.

Das liegt u. a. daran, dass große Zulassungsstudien teuer und langwierig sind, die Ärzte aber ihren – oft schwer erkrankten – Patienten schon heute mit einem bewährten Wirkstoff helfen möchten. Allerdings müssen die Ärzte bei einer Off-Label-Anwendung eventuell für auftretende Nebenwirkungen selbst haften. Dieses Risiko tragen ansonsten die Pharmafirmen.

Wenn Ihr Arzt Ihnen ein für Ihre Krankheit nicht zugelassenes Medikament verabreicht, so sollten Sie ihn darauf ansprechen. In diesem Fall muss er Sie nämlich über die damit verbundenen Risiken besonders gründlich aufklären. ■

**Nebenwirkungen:
Wie selten ist „selten“
wirklich?**

Formulierung Beipackzettel	betroffene Patienten
sehr häufig	mindestens 1 von 10
häufig	zwischen 1 und 10 von 100
gelegentlich	zwischen 1 und 10 von 1.000
selten	zwischen 1 und 10 von 10.000
sehr selten	zwischen 1 und 10 von 100.000
in Einzelfällen	weniger als 1 von 100.000

Vitametik

Kurzer Therapeuten-Fingerdruck befreit Sie von Schmerzen und Verspannungen

Kopfschmerzen, Tinnitus, Verdauungsbeschwerden: Ein kurzer Druck mit dem Daumen genügt, und die Beschwerden sind wie weggeblasen. Die Wissenschaft sagt: „Das kann nicht funktionieren.“ Die Patienten, die es ausprobiert haben, schwärmen hingegen: „Ich fühle mich wie neu geboren!“ Lesen Sie hier, um was es bei dieser verblüffend einfachen Methode geht. Machen Sie sich Ihr eigenes Bild.

Vitametik bieten speziell ausgebildete Therapeuten an, die – vereinfacht gesagt – mit einem Handgriff an Ihrer Nackenmuskulatur stressbedingte Verspannungen und Schmerzen im gesamten Körper lösen. Die Methode geht auf den Begründer der Chiropraktik, Daniel David Palmer, zurück, der das Verfahren Ende des 19. Jahrhunderts in den USA entwickelte.

Bei diesen Beschwerden hilft Ihnen die Vitametik:

- ◆ Rückenschmerzen
- ◆ Hals- und Nackenschmerzen
- ◆ Bandscheibenvorfall
- ◆ Hexenschuss
- ◆ Kopfschmerzen, Migräne
- ◆ Schwindel, Übelkeit
- ◆ Konzentrationsmangel, Abgeschlagenheit
- ◆ Tinnitus
- ◆ Bluthochdruck
- ◆ Verdauungsbeschwerden

Heilsamer Impuls



Verblüffend einfach, aber effektiv: Ein erfahrener Vitametik-Therapeut kann Sie durch einen kurzen Fingerdruck von chronischen Schmerzen und Verspannungen erlösen.

Foto: Werner Bentz

Bei Stress werden von der Großhirnrinde Nervenimpulse weitergeleitet, die die Muskeln verkrampfen lassen. Ihre Nackenmuskulatur zieht sich besonders intensiv zusammen. Das hat einen evolutionsbiologischen Hintergrund, denn mit diesem „Muskelpanzer“ haben unsere Vorfahren in Gefahrensituationen ihren Kopf geschützt.

Aber auch Ihre übrige Muskulatur verkrampft, und zwar asymmetrisch – also auf einer Körperseite besonders stark. Die Folge: Die ungleiche Muskelkontraktion, die sich vom Nacken bis in die Rückenmuskulatur ausbreitet, verursacht eine Wirbelfehlstellung: Ihr gesamter Bewegungsapparat gerät in „Schieflage“. Das führt unter anderem dazu, dass Ihre Beine scheinbar ungleich lang sind. Das Bein auf der verkrampften Seite verkürzt sich um einige Millimeter bis Zentimeter.

Verspannte Muskeln quetschen Nerven, Blutgefäße und Organe zusammen

Die verspannten Muskeln drücken außerdem auf Ihre Nerven. Das stört den Informationsfluss vom Gehirn über das Rückenmark in den Körper. Damit sind **Schwindel, Übelkeit, Konzentrationsmangel und Schmerzen** vorprogrammiert. Auch Blutgefäße, innere Organe und Gelenke werden zusammengequetscht. Im schlimmsten Fall kann das sogar zu **Verdauungsproblemen** oder **Bluthochdruck** führen. Eine verkrampfte Körperhaltung beeinträchtigt so Ihr gesamtes Wohlergehen.

Das Fatale: Mit der Zeit gewöhnt sich Ihr Körper an den verkrampften Zustand. Ihr Gehirn gibt keine Entspannungsbefehle mehr weiter. Sie

sind dauerhaft angespannt, chronische Schmerzen entstehen. Ein Teufelskreis – der allerdings mithilfe der Entspannungsmethode Vitametik durchbrochen werden kann.

Ein kurzer Druck mit dem Daumen genügt

Der Ablauf einer Vitametik-Sitzung ist **schmerzfrei, schnell** und **unkompliziert**: Der Vitametiker ertastet zunächst an Ihrem Hals, ob und wo Muskelverspannungen vorliegen. Anschließend müssen Sie sich bäuchlings auf eine spezielle Anwendungsliege legen. Der Therapeut hebt Ihre Unterschenkel etwas an und **prüft die Beinlängen**.

Dann löst er mit dem Druck seines Daumens an der am stärksten verkrampften Stelle der Halsmuskulatur einen extrem kurzen, aber gezielten Impuls aus (Impulszeit: 40 bis 50 Tausendstelsekunden). Die Theorie der Vitametiker: Dieser Impuls liefert dem Gehirn die Information „Entspannung“, die von dort in einer Art Kettenreaktion in den gesamten Körper weitergeleitet wird.

Um den Impuls zu unterstützen, lässt der Therapeut mit einem Mechanismus die Kopfseite der Liege einen Zentimeter nach unten schnellen. Nach etwa fünf Minuten, die Sie in Ruhe auf der Liege verbringen, prüft der Vitametiker mittels eines zweiten Beintests, ob das Ungleichgewicht aufgehoben ist. Das ist bei den meisten Patienten der Fall. Anschließend ruhen Sie sich unter einer warmen Decke und bei Ent-

spannungsmusik weitere 20 Minuten lang aus.

Pro Behandlung wird immer nur ein Impuls gesetzt. Um Ihre Schmerzen komplett zu beheben, sind oft mehrere Sitzungen nötig.

Bisher gibt es keine wissenschaftliche Bestätigung – aber positive Patientestimmen

Wissenschaftlich konnte die Wirksamkeit des Verfahrens bislang allerdings nicht belegt werden – beispielsweise fehlen zweifelsfreie Studien, und auch das Konzept der Beinlängendifferenz ist stark umstritten (siehe Kasten rechts). Doch sowohl die Therapeuten als auch die Patienten betonen immer wieder die erstaunlichen Erfolge: Der Stress sei nach der Behandlung wie weggeflogen – die Betroffenen fühlten sich wie befreit und erlöst.

Ohnehin hat die Vitametik einen großen Pluspunkt: **Nebenwirkungen gibt es keine** – lediglich ein leichter vorübergehender Muskelkater kann hin und wieder auftreten. Die Behandlungskosten sind zudem relativ gering (siehe Kasten unten).

Leiden Sie also unter stressbedingten Kopf- bzw. Rückenschmerzen oder Tinnitus und konnten Ihnen die bisherigen schulmedizinischen Behandlungsoptionen nicht helfen, dann spricht nichts dagegen, die Vitametik einmal auszuprobieren. Vielleicht genügt ja auch bei Ihnen ein kurzer entspannender Impuls – und Sie fühlen sich anschließend wie neu geboren. ■

Beinlängendifferenz: Wirklich ein Problem?

Wenn Ihre Beine unterschiedlich lang sind, kann das verschiedene Ursachen haben: Es gibt die **reelle** (anatomische) und die **funktionelle Beinlängendifferenz**. Bei der realen Differenz sind tatsächlich die Knochen unterschiedlich lang. Ursache sind beispielsweise angeborene Wachstumsstörungen.

Die funktionelle Beinlängendifferenz entsteht dagegen aufgrund von Muskelverkürzungen oder Fehlstellungen der Gelenke. Die Knochen der Beine sind jedoch gleich lang.

Übrigens: Bei fast 70 % der Bevölkerung findet sich eine kleine Beinlängendifferenz von unter einem Zentimeter. Das ist also durchaus normal und muss nicht zwangsläufig zu Beschwerden führen oder auf eine körperliche Verspannung hinweisen. Das heißt: Nicht immer ist eine Beinlängendifferenz ein Indiz dafür, dass Ihnen eine Vitametik-Behandlung helfen kann.

Hier finden Sie Vitametik-Therapeuten in Ihrer Nähe

● Berufsverband für Vitametik

Auf der Sommerseite 7
64757 Rothenberg
Tel.: 0180/5 00 73 01
(14 Cent/Min.)
Fax: 06068/94 12 01
www.vitametik.de

Das sollten Sie über Vitametik wissen

- **Kosten:** Eine Sitzung kostet zwischen 25 und 60 €. Die Krankenkasse übernimmt die Kosten nicht.
- **Behandlungsdauer:** Mit Vorbesprechung und anschließender Ruhephase sollten Sie für jeden Behandlungstermin etwa eine Stunde einplanen.
- **Therapiedauer:** Vitametiker beginnen bei starken Schmerzen zunächst mit zwei bis drei Behandlungen pro Woche. Bei leichten bis mittelschweren Schmerzen reicht eine Behand-

lung pro Woche (etwa sechs Wochen lang). Danach werden die Behandlungsabstände größer, je nach Schmerzen zwischen einmal pro Monat und einmal im Vierteljahr.

- **Nebenwirkungen:** Wenn sich tief liegende Verspannungen lockern, kann es zu Muskelkater kommen. Nach dem Impuls verspüren einige Patienten ein leichtes Kribbeln im Körper, andere werden sehr müde.
- **Therapeutensuche:** Vitametiker in Ihrer Umgebung finden

Sie auf der Internetseite des Berufsverbands unter www.vitametik.de.

Bitte beachten Sie: Für eine Ausbildung zum Vitametiker sind keinerlei medizinische Fachkenntnisse erforderlich (z. B. als Arzt oder Heilpraktiker). Einem Vitametiker fehlt daher möglicherweise medizinisches Hintergrundwissen; er führt Ihre Beschwerden allein auf Muskelverspannungen zurück. Sie sollten bei Schmerzen daher immer zunächst einen Arzt aufsuchen. Sehen Sie die Vitametik lediglich als Behandlungsergänzung.