

Wieder mit einem Glas Wein anstoßen können



PATIENTENPORTRAIT | Es gab Zeiten, da konnte Verena Gerber nicht einmal mehr die Suppe löffeln. Eine Schulterarthrose war schuld. Kurz vor dem Operationstermin kontaktierte sie Spiraldynamik®.

Vor drei Jahren traf es die damals 72jährige Verena Gerber wie ein Blitz aus heiterem Himmel: Ihre rechte Schulter fühlte sich an, als wäre sie in einem Schraubstock gefangen, unbeweglich und schmerzhaft. Die aktive Seniorin hatte bis zu diesem Zeitpunkt nie Beschwerden gehabt. Als Familienfrau mit drei Kindern, Haus und Garten, sportlichen Hobbies wie Skifahren, Langlaufen und Velofahren war Verena Gerber ein „Bewegungsmensch“. Sie habe ihr „Leben lang viel mit den Händen“ gearbeitet, sagt sie. Auch im Winter 2011. Damals habe sie gemalt, gezeichnet und Zither gespielt.

Operation geplant

Nach dem akuten Arthrose-Anfall konsultierte Verena Gerber ihren Hausarzt, der ihr eine Physiotherapie verschrieb. Die Behandlung sei „kontraproduktiv“ gewesen, die Schmerzen hätten eher zu- und die Beweglichkeit abgenommen.

„Es war sehr schlimm. Ich konnte mich kaum mehr bewegen“, so schildert sie diese Zeit. Jeder Schritt habe ihr weh getan, eine Tasse oder ein Glas zu heben, das sei nicht mehr möglich gewesen. Ihren leichten Tagesrucksack konnte sie nicht mehr schultern. Eine spezielle Physiotherapie für die sie jeweils an ihren früheren Wohnort im Bernbiet reiste, brachte etwas Erleichterung.

Im Sommer 2012 wartete Verena Gerber auf eine Operation ihres Schultergelenkes in der Schulthess-Klinik in Zürich. Kurz vor dem geplanten Eingriff wurde sie durch eine Bekannte auf Spiraldynamik® aufmerksam.

Und dann ging alles sehr rasch: Sie sagte die Operation ab und nahm an einem Einführungstag im Spiraldynamik® Med Center in Zürich teil. Die Diagnose des Leitenden Arztes, Dr. med. Christian Larsen, lautete dahin gehend, dass Verena Gerber an einer fortgeschrittenen Schulter-Arthrose mit zusätzlicher chronisch-schmerzhafter Überbelastung

der Schultermuskulatur litt. Ein Befund, der „sicher operationswürdig“ sei, wie Dr. Larsen feststellte, aber zum jetzigen Zeitpunkt nicht zwingend operiert werden müsse. Verena Gerber entschied sich für eine Spiraldynamik®-Therapie.

Während anderthalb Jahren ging sie regelmäßig von ihrem Wohnort Mettmenstetten in die Therapie nach Zürich.

Freude über den Erfolg

„Es geht mir super“, sagt Verena Gerber heute. Sie hat die richtigen Bewegungsabläufe ins Bewusstsein eingeprägt und in den Alltag integriert. Sie hat auch gelernt, die Schultermuskulatur im Bereich der Arthrose zu stärken. Sie weiß, dass sie mit „kleinen Einschränkungen, zum Beispiel beim Velofahren“ leben muss. Mit einem Glas Wein anstoßen, den Rucksack tragen, das kann Verena Gerber wieder problemlos und schmerzfrei. Bei unserem Besuch ist sie am Kofferpacken: Es geht in die Winterferien ins Wallis!

Eva Mackert

1. März 2014