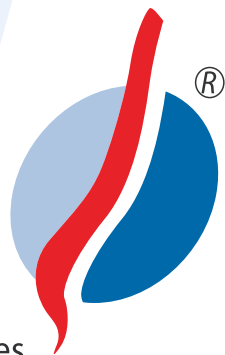


## Ein gesunder Rücken

Rehabilitation der Wirbelsäule  
mit dem erfolgreichen Therapie-Konzept  
von

**dynasom**



Die Dynasom Therapie bewirkt eine Strukturveränderung am Ort des Schmerzes und geht das Rückenproblem ursächlich an. Damit kann eine anhaltende Besserung bzw. Heilung erreicht werden.

Wir sind spezialisiert auf die Behandlung von **Skoliosen, Wirbelgleiten, Bandscheibenvorfällen** und **degenerativen Veränderungen** der Wirbelsäule. Rund 90% unserer Patienten spüren eine deutliche Besserung oder sind sogar frei von Schmerzen. Dank der Dynasom Therapie können nachweislich ca. 40% der riskanten chirurgischen Eingriffe vermieden werden.

Für weitere Informationen besuchen Sie unsere Website. Dort finden Sie alles Wissenswerte über Dynasom, mit ausführlichen Patientenberichten.

Unsere Wirbelsäulen-Spezialisten können Ihnen helfen.

**Dynasom Rehabilitationszentrum Stadelhofen**

Stadelhoferstr. 42, 8001 Zürich

Telefon 044 300 68 10, Fax 044 300 68 12

info@dynasom.com

[www.dynasom.com](http://www.dynasom.com)

## Rückenschmerzen beim Sport & Reiten



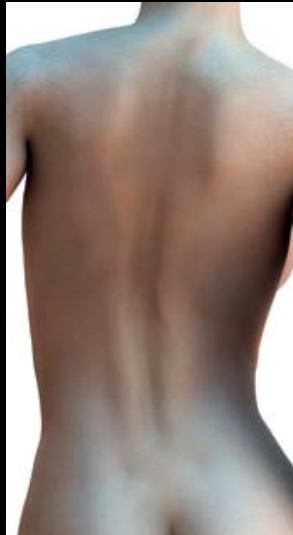
**Wie schützen wir uns und  
unsere Pferde?**

**Gesundheitstipps und Ratgeber!**

## Die Definition der Problematik (Instabilität der Wirbelsäule):

Die Wirbelkörper halten oder bewegen sich nicht mehr optimal aufeinander (ein unkontrollierter Bewegungsablauf), sondern rutschen innerhalb eines oder mehrerer Bewegungssegmente nach ventral, dorsal, lateral oder rotieren. Folglich wird die Kraftübertragung an der Wirbelsäule gestört. Es entsteht ein massiver einseitiger Druck auf die Bandscheiben, Wirbelkörper und Wirbelgelenke sowie eine asymmetrische Belastung der Ligamente und der Muskulatur, die mit Längenveränderungen einhergehen. Diese biomechanischen Veränderungen bewirken einen Qualitätsverlust des Bandscheibenmaterials oder sind die Folge von Bandscheibendegenerationen. Daraus resultiert eine Abnutzung oder Deformierung von ossären Strukturen, wie Wirbelkörper und Wirbelgelenke. Es resultiert auch eine Überdehnung vom Bindegewebe, wie Gelenkkapsel und Gelenknorpel. Als Folge wird die Funktionsfähigkeit (Balance und Belastbarkeit = neurologische und mechanische Probleme) der Wirbelsäule eingeschränkt und Wirbelgleiten, Skoliosen, Bandscheibenvorfälle und Degenerationen entwickeln sich.

Bei dieser Fehlhaltung (Skoliose) sendet das Gehirn klare Impulse auf die linke Seite und schwache Impulse auf die rechte Seite. Mit der Zeit werden diese Informationen gespeichert d.h., die Haltung oder Bewegung wird automatisiert (Gewohnheit), dadurch steigt die Muskelspannung (Hypertonus = Verkürzung) links, welche die Wirbelsäule auf ihre Seite zieht und die Verkrümmung verursacht. Und rechts wird verringert (Hypotonus = Verlängerung), welche die Verkrümmung auf die andere Seite begünstigt. Dieses Ungleichgewicht stört die dreidimensionale Wirbelsäulenfunktion bei statischen und dynamischen Aktivitäten und wird durch normale Übungen oder Krafttraining zu einer weiteren Entwicklung der Störung führen. Die Folge sind Wirbelsäulenbeschwerden durch die aktive Form oder belastungsabhängige Schmerzen (das könnte am Arbeitsplatz passieren oder beim Sport treiben).



Zusammenfassend bewirkt bereits jede Fehlhaltung einzelner Wirbelkörper eine Funktionsstörung im Bewegungssegment und verändert die gesamte Biomechanik der Wirbelsäule. Dadurch werden die Nervenimpulse falsch geleitet und unbewusst als Bewegungsmuster mit einer Dysbalance gespeichert. Die Kraftübertragung an der Wirbelsäule erfolgt nicht optimal und es resultiert eine Fehlbelastung auf die darüber oder darunter liegenden Bewegungseinheiten – Wirbelkörper, Bandscheiben, Wirbelgelenke (Knorpeln), Bänder und die Muskulatur. Eine abnormale Beanspruchung der betroffenen Strukturen führt im Verlauf zu Schädigungen und frühzeitigen Verschleisserscheinungen an den betroffenen Wirbelsäulensegmenten. Schmerzen sind hierbei ein ernstzunehmender Warnruf des Organismus, eine Behandlung dieser biomechanischen Störungen ist indiziert.

## Die richtige Medizin beginnt beim Sport treiben oder zu Hause:

Die unentdeckte Skoliose spielt bei einem/einer Sportler/in durch die ungleichmäßige Kraftübertragung auf die Gelenke und speziell auf die Wirbelsäule die Hauptrolle bei der Qualitätsminderung der Leistung und führt zu vielen Schäden auf die Gelenke. Auch bei einem/einer Reiter/in spielt eine solche Fehlhaltung= Fehlbelastung einer Bewegung wegen der Gewichtsverlagerung (Balance) beim Reiten eine wichtige Rolle und könnte ein Grund für viele Fehler sein. Deshalb ist es wichtig diese Fehlhaltung zu korrigieren um die Gesundheit des Rückens beim Pferd und beim Reiter zu fördern.



Vor Beginn der Therapie



Nach 2 Monaten Dynasom-Therapie

Beim Vergleich der beiden Aufnahmen fällt auf, dass sich die erkennbare, recht erhebliche, linkskonvexe Torsionsskoliose der Patientin durch die Dynasom-Therapie deutlich gebessert hat. Die Skoliose ist deutlich flacher geworden, die Torsionskomponente hat abgenommen.

Eine Voruntersuchung mit dem Antigravitationssystem (1st LBE= Die biomechanische Aufhebung der Schwerkraft) von Dynasom zeigt uns die Funktionsstörung an der Wirbelsäule und welche Bewegungssegmente mehr betroffen sind.

Dr. A. Mizher, MD.  
Mediziner und Bewegungswissenschaftler,  
Entwickler des Dynasom Konzepts