



Bams testete

Brauche nicht mehr zur Kur

Siegfried Lessing (50) aus Hannover leidet seit vier Jahren unter Kreuzschmerzen. „Ich bin Maurer, muß viel tragen, heben und mich bücken. Der Arzt wollte mich zur Kur schicken. Aber ich arbeite in einer kleinen Firma, das kann ich mir nicht erlauben. Ich habe die Kassette jeden Tag gehört – einfach wunderbar. Ich fühle mich viel wohler, bin gelassener. Und meine Kreuzschmerzen sind zeitweise sogar weg.“

Schmerzen weg durch Musik?

Überall liest man jetzt: Schmerzfrei durch eine Kassette! BamS machte den Test mit Menschen, die an Migräne, Rücken-, Gelenk- und Nervenschmerzen leiden. Sie hörten zwei Wochen lang täglich die Kassette „Den Schmerz besiegen“. Erstaunlich: Alle fühlten sich wohler, einige konnten sogar auf Medikamente verzichten.

Etwa fünf Millionen Menschen in der Bundesrepublik leiden ständig unter starken Schmerzen. Chronischen Schmerzen!

Ingrid Ulbricht (36) aus Düsseldorf: „Vor zwei Jahren fing dieser bohrende Kopfschmerz an. Seitdem bin ich nur noch ein Schatten meiner selbst. Die Kinder (6 und 3 Jahre alt) nerven mich, die Hausarbeit schaffe ich nicht mehr.“

Barbara Hausmacher (29), Lehrerin aus Frankfurt: „Vor zwei Jahren bekam ich Rückenschmerzen – aus heiterem Himmel. Nichts half. Manchmal bin ich unfähig zu arbeiten, mag keinen sehen, liege nur auf meiner orthopädischen Matratze und stopfe mich mit Medikamenten voll.“

Sein „Kreuz“ zu tragen

Frauen leiden viermal so häufig unter chronischen Schmerzen wie Männer. Sicher ist: Dauerschmerzen haben meist eine seelische Ursache. Wer ständig über Rückenschmerzen klagt, hat vielleicht symbolisch „sein Kreuz zu tragen“.

Kann man also mit psychologischen Mitteln den Schmerz besiegen?

Diplompsychologin Dr. Arnd Stein aus Iserlohn hat mit Dr. Gün-

ther Schütze, Chefarzt der Schmerzkliniken in Letmathe und Werdohl, eine Kassette gegen den Schmerz entwickelt.

„Stereo-Tiefensuggestion“ wird diese Methode genannt – eine Kombination aus Mu-

sik und Sprache, die für Entspannung und innere Ruhe sorgt.

Bernhard Steggers (60) aus Düsseldorf, der seit Jahren unter Migräne und Nacken-

Hals-Wirbel-Schmerzen leidet: „Ich war durch die Kassette stundenweise schmerzfrei. Es war wie im Paradies.“ Therese Schulte-Terboven (72) aus Düsseldorf, die seit sechs Jahren unter Rückenschmerzen leidet: „Ich habe mehr Kraft bekommen, werde vom Schmerz abgelenkt. Aber schmerzfrei bin ich nicht.“ Bernd Haase (32) aus Düsseldorf hat seit fünf Jahren Migräne: „Es geht mir besser. Die Schmerzen sind zeitweise sogar ganz weggegangen.“

Die Kassette „Den Schmerz besiegen“ gibt es im Buchhandel oder beim Verlag für therapeutische Medien, Postfach 7343, 58660 Iserlohn 7, für 39,80 Mark.



Komme ohne Medikamente aus

Richard Janhöfer (56) aus Gelsenkirchen: „Nach meiner Herzoperation hatte ich schlimme Schmerzen. Ich habe die Kassette gehört. Und schon nach dem zweiten oder dritten Mal brauch- te ich keine Medikamen-

te mehr. Die Herzbe- schwerden haben nachgelassen. Ich bin innerlich ruhig geworden. Wenn ich sie mal einen Tag nicht höre, fehlt mir etwas. Ich hätte nie daran geglaubt, daß mir so etwas helfen könnte.“



Wirkt bei mir wie das Sandmännchen

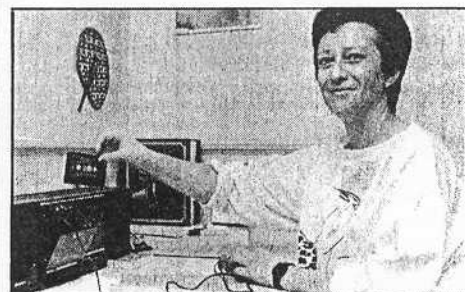
Margarete Arczynski (52) aus Iserlohn leidet unter Arm-, Bein-, Rücken- und Schulterschmerzen. „Es begann, als mein Mann starb. Da hatte ich viel Streß, viel Arbeit. Ganz plötzlich waren die Schmerzen da. Ich war bei Heilpraktikern, habe Pillen geschluckt – an die Kassette habe ich nicht geglaubt. Ich habe sie trotzdem angehört und bin regelmäßig eingeschlafen. Das hat mich jeden Tag eine Stunde gekostet, die ich mir vorher nie gegönnt hätte. Seitdem geht es mir besser. Natürlich habe ich noch Schmerzen – aber sie sind längst nicht mehr so stark.“



▲ Ist wie ein musikalisches Medikament

Annegret Witz (38), Bad Vilbel: „Seit 18 Jahren plagen mich rasende Kopfschmerzen. Ich habe Tabletten genommen, autogenes Training gemacht. Nichts half. An diese Kassette habe ich nun wirklich nicht geglaubt. Ich habe sie dann doch jeden Tag ge-

hört. Sie wirkte wie ein Medikament. Schwache Migräneanfälle gingen ganz weg. Starke Kopfschmerzen wurden erträglicher. Ich bin auch ruhiger geworden, ausgeglichener. Die Wirkung hält über mehrere Stunden an. Ein musikalisches Medikament.“



◀ Ich unternehme wieder etwas

Birgit Schmid (39) aus Werdohl hat seit 30 Jahren Migräne. „Kassetten gegen Schmerzen? Ich dachte, Psychologie ist Blödsinn. Aber jetzt weiß ich, daß da doch etwas dran sein muß. Ich habe die Kassette zweimal täglich gehört und fühlte mich danach viel wohler. Ich kann jetzt besser mit meinen Migräneanfällen umgehen. „Du strahlst ja so“, sagten Bekannte. Ich unternehme wieder etwas, anstatt mich zu vergraben.“

▲ Ich bin ruhiger und fröhlicher

Peter Novak (54) aus Neu-Isenburg hat seit Jahren Schmerzen in der Wirbelsäule: „Nichts hat mir geholfen. Die Kassette habe ich dann morgens und abends gehört. Ich wurde ruhiger, entspannter. Die Schmerzen ließen zeitweise nach. Sie sind jetzt längst nicht mehr so schlimm wie früher.“