

MIT  
GÜNTHER  
MALEK



## GANZHEITLICH GEGEN SCHMERZEN

Wo tut's weh? Der Arzt & Leiter des „Trinicum“-Ärztzentrums informiert über neue Behandlungsansätze bei Schmerzen im Bewegungsapparat.

### Wer kommt in Ihr Schmerzzentrum?

Unser Angebot richtet sich an Menschen, denen eine ganzheitliche, moderne medizinische Versorgung wichtig ist. Besonders bei Schmerzen zeigen sich die Stärken des integrativmedizinischen Behandlungszugangs. Durch die ursachenorientierte Herangehensweise lässt sich in vielen Fällen das Behandlungsergebnis verbessern. Und Menschen mit Schmerzerkrankungen profitieren durch individuellere, schonendere Therapieverfahren und die damit verbundene Verbesserung der Lebensqualität.

### Inwiefern kann auch TCM bei Schmerzen im Bewegungsapparat helfen?

Akupunktur wirkt generell schmerzstillend und ausgleichend auf den gesamten Organismus und hilft bei vielen akuten und chronischen Schmerzen wie etwa Rücken- oder Kopfschmerzen. Die Traditionelle Chinesische Medizin hat weit vor unserer Zeit erkannt, dass etwa muskuläre Schwäche auf der Vorderseite zu einer Verspannung auf der Rückseite des Körpers führen kann. Heute werden diese Grundsätze durch neurophysiologische Forschungen bestätigt.

### Was kann man tun, damit es erst gar nicht zu Schmerzen kommt?

„Wer rastet, der rostet“, besagt schon ein altes Sprichwort. Um gesunde Bewegungsmuster zu erhalten, ist regelmäßige Bewegung essenziell.

**DR. GÜNTHER MALEK** ist Arzt für Allgemeinmedizin, Osteopathie, Akupunktur sowie Gründer des „Trinicum“-Zentrums für Integrative Medizin und Schmerztherapie in Wien.

FOTOS: ANNA STÖCKER, ZOOM/PRAT

DAS TRAININGS-KONZEPT DES TRINICUM ermöglicht ein hochwirksames Training, das medizinische Diagnosen, Vorverletzungen oder Erkrankungen berücksichtigt und auf Ihre persönlichen Ziele abgestimmt wird. IM BILD: Der lichtdurchflutete Trainingsraum ist mit innovativer Technik ausgestattet, die über den Monitor ein Echtzeit-Feedback gibt, ob die Bewegungen richtig ausgeführt werden.

