

# ***Ein schmerzfreies und gesundes Leben für jeden Menschen***

## **Was ist die Liebscher & Bracht Therapie?**

Die Liebscher & Bracht Therapie ist eine wirkungsvolle Therapie zur nachhaltigen Behandlung von Schmerzen.

Ihr Ansatz ist ganzheitlich: Schmerzen werden ursächlich behandelt und die für Sie verantwortlichen Lebensumstände und Krankheitsgeschichten der Patienten miteinbezogen.

Die Liebscher & Bracht Therapie weiß um die Selbstheilungskräfte des Körpers und versteht sich vor allem als ``Hilfe zur Selbsthilfe``. Heißt also: Als Therapeut behandle ich dich zunächst, um deine Schmerzen so weit wie möglich zu reduzieren. Wenn das funktioniert, weißt du, dass unsere Therapie dir hilft und du bekommst Übungen verordnet, mit denen du selbst für deine Schmerzfreiheit sorgen kannst. Weitere Behandlungen können diesen Prozess beschleunigen.



## **Bei welchen Schmerzen hilft die Liebscher & Bracht Therapie?**

Da die Liebscher & Bracht Therapie die häufigste Schmerzursache behandelt – nämlich zu hohe Spannungen in den Muskeln und Faszien -, wirkt sie bei fast allen Beschwerden. Die vielen Erfahrungsberichte von Patienten zeigen, dass die Therapie oft sogar Operationen verhindert und selbst dann anspricht, wenn Beschwerden bereits als ``chronisch`` oder ``austherapiert`` gelten sowie wenn Arthrose oder Bandscheibenschäden vorliegen.



### **Wie läuft die Liebscher & Bracht Behandlung ab?**

In meinen Behandlungen wende ich die drei Schritte der Liebscher & Bracht Therapie an, um die hohen Spannungen im muskulär-faszialen Gewebe zu normalisieren und deinen Körper wieder in Bewegung zu bringen. Das Ergebnis: schnelle und dauerhafte Schmerzfreiheit.

#### ***1. Drücken Die Osteopressur***

Bei der Osteopressur werden bestimmte Knochenpunkte gedrückt. Der Druck erreicht die in der Knochenhaut sitzenden Schmerzrezeptoren und sorgt dafür, dass Spannungen und Schmerzen in wenigen Minuten nachlassen. Am menschlichen Skelett gibt es 72 solcher Punkte, die mit verschiedenen Schmerzen in Verbindung stehen.

#### ***2. Dehnen Die Engpassdehnungen***

Die speziell entwickelten Engpassdehnungen sind das wichtigste Instrument, um den Körper durch Dehnen und Kräftigen wieder in einen Zustand dauerhafter Schmerzfreiheit zu bringen. Die Übungen sind so konzipiert, dass genau die Muskeln und Faszien wieder elastisch und beweglich werden, die durch eingeschränkte Bewegungen stark verkürzt sind und deshalb Schmerzen verursachen.

#### ***3. Rollen Die Faszien-Rollmassage***

Bei der Faszien-Rollmassage wird das verspannte und verklebte Gewebe mit speziellen Roll-Werkzeugen massiert. Das setzt Zwischenzellflüssigkeit an. Strapaziertes Gewebe entspannt sich wieder, die Flexibilität kehrt zurück.



### **Warum wirkt die Liebscher & Bracht Therapie?**

Was glaubst du? Wie viel Prozent der möglichen Bewegungswinkel unserer Gelenke nutzen wir täglich?

Es sind nicht einmal 10 Prozent!

Durch diese fehlende Bewegung trainieren wir uns die meisten Schmerzen selbst an:

- Durch fehlende Bewegungswinkel verkürzen Muskeln und Faszien rund um die Gelenke
- Es entstehen zu hohe Spannungen, die Gelenke und Wirbelsäule überlasten
- Mit Schmerzen warnt uns der Körper vor drohenden Schädigungen

Dieses völlig andere Schmerzverständnis ist der Grund für die starke Wirkung der Liebscher & Bracht Therapie: Die Spannungen in den Muskeln und Faszien werden normalisiert, der Schmerz lässt nach. Mehr als 30 Jahre Erfahrung belegen die enorme Wirkung dieses Vorgehens: 90 Prozent der Schmerzpatienten berichten von einer schnellen und dauerhaften Verbesserung ihrer Schmerzzustände.

**Beginne jetzt deinen Weg in ein schmerzfreies Leben  
Melde dich bei mir und wir machen ein Beratungsgespräch  
(gerne auch online) aus oder wir starten direkt mit einem  
Termin.**

*Elisabeth Angele Physiotherapeutin und  
Liebscher & Bracht Schmerztherapeutin*

*Praxis für Physiotherapie  
und Schmerztherapie  
Memmingerstr. 4,  
87737 Boos*

*www.physioaktiv-boos.de  
info@physioaktiv-boos.de  
Tel: 08335-9898642  
Handy: 015165268305*

### **Professionelle Behandlung**

In meiner Praxis analysieren wir anhand deiner Schmerzgeschichte mögliche Ursachen. Nach der Behandlung erstelle ich dir ein individuelles Übungsprogramm, mit dem du deine Schmerzfreiheit zu Hause in die eigenen Hände nehmen kannst.