



1/2

Innovatives Selbstbehandlungs-Tool zur spezifischen Behandlung von myofaszialen Triggerpunkten

Der TRIGGERBALL® ermöglicht die Eigenbehandlung schmerzhafter Muskelverspannungen

Für 80 bis 90 Prozent akuter und chronischer Schmerzen des Bewegungsapparates gilt das myofasziale Schmerzsyndrom (MFS) – und damit Triggerpunkte – als Ursache. Das im Februar 2017 neu auf dem Markt eingeführte Therapiegerät TRIGGERBALL® ist speziell zur Eigenbehandlung von myofaszialen Triggerpunkten entwickelt worden.



Der TRIGGERBALL® ergänzt die Arbeit des Therapeuten

Die besondere Konstruktion aus einer Innenhülle aus gehärtetem Silikon und weicheren Außenhülle in Form von elastischen Silikonsegmenten imitiert die manuelle Behandlung der schmerzhaften Muskelverspannungen durch einen Therapeuten. Der Erfinder des TRIGGERBALL®, Wolfgang F. Mosebach, selbst erfahrener Therapeut für manuelle Therapie und Osteopathie, erklärt das Wirkprinzip:

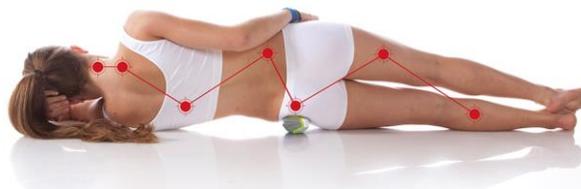
„Bei der Triggerpunkttherapie durch einen ausgebildeten Therapeuten drückt dieser die schmerzhaften, oft ausstrahlenden Punkte. Zunächst wird durch die „weiche“ Kuppe des Therapeuten-Daumens das Fasziengewebe gedehnt, und – bei der Steigerung der Drucks – sorgt dann der „härtere“ Knochen des Daumens für das Drücken des muskulären Triggerpunkts.“ Genau diese Eigenschaft wird mit dem TRIGGERBALL® simuliert: Die äußeren Oberflächen sind aus einem weicheren Silikon, während der innere Kern deutlich härter ist. Seine 42 Kanten unterstützen den Anwender dabei, den Triggerpunkt exakt zu lokalisieren. Gleichzeitig ergeben sich unterschiedliche Eindringtiefen und ein Wegrutschen auf dem Untergrund wird stark reduziert.

2/2

Notwendige Ergänzung zur Faszientherapie

Die Eigenbehandlung von Beschwerden des Bewegungsapparates hat mit dem Erkennen der Bedeutung der Faszien an Fahrt gewonnen. Doch mit Faszientraining bzw. Faszientherapie alleine (z. B. mit einer Faszienrolle) werden die für die Schmerzen ursächlichen Triggerpunkte nicht in der beschriebenen Weise erreicht und aufgelöst.

Diese Lücke in der Selbstbehandlung soll durch das Tool TRIGGERBALL® auf neue und besondere Weise geschlossen werden.



Eigenbehandlung im Alltag, Beruf, Sport und zur Therapieunterstützung

Der TRIGGERBALL® eignet sich für Sportler zur Behandlung von typischen Muskelverspannungen und für Übungen nach Sportverletzungen, aber auch für jede und jeden, der sich von akuten oder chronischen Verspannungen befreien möchte. Einige erprobte Anwendungen bei Beschwerdebildern sind zum Beispiel Hexenschuss, Nacken- und Schulterverspannungen, Spannungskopfschmerzen, Wadenkrämpfe, verspannungsbedingte Regelschmerzen und viele mehr.

Triggerpunkte mit Druck auflösen

Triggerpunkte sind als „Knötchen“ im verhärteten Muskelgewebe tastbar und reagieren auf Druck mit einem charakteristischen, meist dumpfen oder ausstrahlenden Schmerz.

In und um einem Triggerpunkt (eine muskuläre Mikrokontraktion) sammeln sich entzündungsfördernde Moleküle, von denen bekannt ist, dass sie mit chronischen Schmerzzuständen assoziiert sind. Die häufigste Behandlungsform in der manuellen Triggerpunkttherapie ist die lokale Dekompression, also das Drücken des Punktes mit dem Daumen oder einem anderen Hilfsmittel für etwa zwei Minuten.

Hilfreich und üblich ist dabei auch das Vorbereiten des Gewebes durch mobilisierende Faszientechniken und Körperübungen, sowie das nachfolgende Dehnen und Wärmen der behandelten Verspannungszone.