

## Drei Behandlungsberichte

(Frank Brandes)

### Prellungen, Zerrungen und Verstauchungen beim Fußball

Ein Spieler erlitt beim Spiel an einem Samstag ein „Eisbein“, einen heftigen Stoß auf den **Oberschenkel-Muskel**. Er hat das Spiel noch beendet. Sonntags waren die Schmerzen derart groß, dass selbst ein leichtes Anheben des Beines nicht möglich und der Schlaf aufgrund vieler schmerzbedingter Unterbrechungen nicht erholsam war. Die PECH-Regel wurde nicht berücksichtigt.

Ab Montag bekam er vier Tage hintereinander eine Yurashi-Behandlung. Die erste Behandlung war eine Ganzkörperbehandlung. Dann wurde der Fokus eher auf das verletzte Bein gelegt. Der Balance halber wurden beide Beine behandelt. Die Prellung hatte eine Länge von circa 20 cm und 10 cm in der Breite. Neben der Lockerung durch Bewegung kam die Technik für Zerrungen zur Anwendung. Das Ergebnis nach der Behandlung am Montag war nicht nennenswert. Dienstag war es ihm dann möglich, seinen Fuß mit den Händen zu erreichen. Am Mittwoch humpelte er nur noch leicht ohne große Schmerzen. Nach der Donnerstagsbehandlung konnte er ohne weitere Belastungen Trainingsläufe absolvieren. Das Freitagstraining hat er komplett absolviert und war ohne Befund beim nächsten Spiel am Sonntag darauf, wo er jedoch noch geschont wurde und auf der Bank blieb.

Einige Beobachtungen zu **Muskelzerrungen** und **Bänderdehnungen**:

a) Yurashi-Behandlungen, die nicht in der oben geschilderten Kontinuität durchgeführt werden konnten, zeigten Besserungen aber keine 100%ige Beschwerdefreiheit. Zum einen lag es an der Diskontinuität, zum anderen an mangelnden Ruhezeiten, so dass die Belastungen durch Training, bzw. Wettkampf auf die Läsion wiederum zu hoch waren.

b) Zudem scheint eine Akut-Behandlung unmittelbar nach **Traumen** – sofort bis zu 30 Minuten nach dem Vorfall bzw. Spielende – nicht besonders nachhaltig zu sein. Der zu diesem Zeitpunkt noch hohe Stresspegel scheint eine Entspannung zu erschweren.

c) Im Gegensatz dazu, war es jedoch möglich, Schmerzpunkte und leichtere bzw. bereits fast abgeklungene Schmerzen vor dem Wettkampf zu reduzieren oder zu eliminieren, so, dass der Spieler auch nach den 90 Minuten noch beschwerdefrei war. Zum Einsatz kam als Abschluss die Methode der Entspannung des Therapeuten-Kurses.

d) Da das **Kinesio- oder Medical-Taping** die manuelle Behandlung gewissermaßen fortführt, wurden in einigen Fällen unterstützend entsprechende Anlagen geklebt.

### Neuralgie und BWS-Hyperkyphose

Eine 49-jährige konnte erfolgreich mit der Techniken der punktuellen seitlichen Dehnung gegen ihre **Neuralgie im Nackenbereich** behandelt werden. Gelegentlich zeigen sich die Symptome wieder, wenn die Arbeitsbelastung mit strukturbedingter eher unergonomischer Arbeitsweise und zusätzlichem Stress zu einem Zeitpunkt zu hoch werden.

Eine Standard-Yurashi-Behandlung – Entspannung durch Bewegung, NENTEN-Rotation – zeigte sich nicht so erfolgreich. Die Dame verspürte eher zusätzlichen **Dehnungsschmerz** und **Muskeltater** im **Nacken** und **Schulterbereich** in den nächsten zwei Tagen. Ursächlich können hierfür die Streckung unter Zug gewesen sein, die dem Rundrücken zu entgegengesetzt wirkten.

### Zunächst kein Fall für Yurashi

Eine ca. 70 jährige Dame klagt seit einem Jahr über Schmerzen in **Knochen** und **Muskeln**, insbesondere im Bereich **LWS, Hüfte, Beine und Knie**. Sie litt an einer **Durchschlafstörung**.

Zudem ist sie eine **starke Raucherin**. Wenig Schlaf war für sie immer normal und bis vor einem Jahr war sie auch noch gering berufstätig. Ein **Autounfall** vor einem Jahr, bei dem sie angefahren wurde, brachte **Rippenbrüche** und **Prellungen am Arm** mit sich, die allerdings verheilt sind. Sie nimmt **gegen die Schmerzen Ibuprofen in hoher Dosis**.

Standard Yurashi-Behandlungen erfolgten i.d.R. einwöchentlich. Sie verschafften der Dame Linderung, machte es möglich, die Schmerzmittel auf zwei Tage in der Woche zu reduzieren. Der Schlaf besserte sich nicht. Ohne Behandlung wurden die Schmerzen schnell wieder stärker.

Ärztliche Untersuchungen in den unterschiedlichsten Organsystemen waren altersgerecht (leichte **Hypertonie**, leichte **Coxarthrose**), ansonsten ohne Befund (**Blut, Gefäße, Herz, innere Organe**). Demnach sei sie gesund, so die Aussage. Lediglich eine **Osteoporose** wurde diagnostiziert. Dafür bekam sie ein wohl zu gering dosiertes **Calcium-Vitamin-D-Kombipräparat** (1400 IE/d).

Wären die Ursachen strukturell bedingt gewesen, hätte die Entspannung der **Gefäßbahnen**, der **Muskulatur** und damit auch **nervaler Leitungsbahnen** zu einer nachhaltigen Besserung führen sollen. Das war nicht der Fall. Alle Symptome können allerdings auch ein Ausdruck ausgeprägten Vitamin-D-Mangels sein, der sich erwartungsgemäß als schwer erniedrigt erwies.

Bereits eine langsame Steigerung durch Substitution auf den unteren **Vitamin-D-Spiegel-Grenzwert** laut Schulmedizin sorgte für nun täglichen Schlaf zwischen sechs und acht Stunden. Die Schmerzen sind weitestgehend verschwunden. Aufgrund der wiedergewonnenen Lebensqualität sind momentane, recht begrenzte muskuläre Beschwerden auf Überbelastung und evtl. noch nicht vollständig wiederhergestellte Stoffwechselprozesse zurückzuführen.



### Yurashi Newsletter No. 3 --- März 2015

#### Ein Behandlungsverlauf : Juni 2014 bis November 2014

(Babara Döll)

Der Patient ist ein Mann, im Folgenden Herr V. genannt, von 60 Jahren, Polizeibeamter, mit einer **zervikalen Myelopathie**, die seit Nov. 2012 diagnostiziert wurde und bisher erfolglos behandelt wurde. Die Prognose des Arztes lautete, er müsse sich mit seinem Zustand abfinden. Da sei zu viel **irreversibel geschädigt**. Er ist auf unbestimmte Zeit krankgeschrieben.

Vorausgegangen war eine **HWS-OP** wegen **Bandscheibenvorfällen** (3.- 6. HW) im November 2012. Trotz Reha und Physiotherapie verschlechterte sich sein Zustand. **Schmerzmedikamente** wurden verschrieben, die aber nicht wirkten. Durch die Verschlechterung seines Zustandes griff der Patient nach **Alkohol**. Er unterzog sich anschließend einer stationären Entgiftung. Während seines Krankenhausaufenthaltes konnte er sich nur im Rollstuhl fortbewegen, da er kein **Gefühl** mehr in **Armen** und **Beinen** besaß.

Im **Februar 2014** stellt sich der Patient das erste Mal in der Ergotherapie vor. Der Patient kommt zu Fuß in die Praxis, 2x wöchentlich. Sein **Gangbild** ist schwankend, schwerfällig, langsam und unsicher, gebeugte Körperhaltung, **hochgezogene Schultern**, verspannter **Oberkörper**. **Gefühl in den Füßen** habe er nicht. Er gibt starke **Sensibilitätsausfälle** am ganzen Körper an, die zu **Schwierigkeiten beim Schreiben** führen.

Die Überweisung für die Ergotherapie bekam er von seinem Neurologen, um die **Koordination**, **Grob- und Feinmotorik** der oberen Extremitäten zu trainieren, zu verbessern, da er außer einem diffusen **Kribbeln** fast nichts mehr in seinen Händen spürt und somit in seinem täglichen Handeln enorm eingeschränkt ist, vieles nicht mehr alleine kann. Schmerzzustände empfindet der Patient eher geringfügig, SUD 2-3, bis 6 je nach **Stellung der Gelenke**, vorrangig **Schulterbereich** und **Lendenwirbelbereich**. Er erzählt von plötzlich einschießenden **Spastiken** an der **Rückenmuskulatur** oder des **linken Fußes**, vor allem beim Strecken morgens im Bett. Die **Muskulatur ermüde schnell**.

Zu Hause hat er sich ein tägliches **Krafttrainingsprogramm** zusammengestellt.

In der ersten Phase der ergotherapeutischen Behandlung von Februar bis März wurde Herr V. mittels eines **Schallwellengerätes** und **Manueller Therapie** an den **Händen** behandelt, ebenso wurden funktionelle Übungen im Sinne eines „Zirkeltrainings“ durchgeführt, verschiedene Materialien wurden eingesetzt wie Therapieketten. Die Behandlung mit dem Schallwellengerät zeigte erste Erfolge an den Händen, indem die Koordination beider Hände zielgerichteter eingesetzt werden konnte und sich das Kribbeln legte. Er könne den Arm besser heben ohne Schmerzen. Der Schall sei spürbar bis in die Schultern.

Nach seinem Urlaub begannen wir **im Juni mit Yurashi-Behandlungen**. Herr V. gab Schmerzen in der rechten **Schulter** an. In der Diagnostik fiel auf, dass das rechte Schulterblatt höher stand als das linke, am rechten **Halsbereich verkürzte, verhärtete Muskel- und Sehnenstränge**, **Muskelinsuffizienz** und **Verhärtungen am linken Oberarm und im Schulterbereich**.

Eine erste Schnuppereinheit mit **Yurashi** begeisterte ihn sehr, da er unmittelbar im Anschluss eine allgemeine **Muskelentspannung**, eine „Erleichterung“ verspürte. Da er sowohl vor als auch nach der Behandlung einen geringen Schmerz empfand, kann eine Symptomverbesserung nur durch tastbare muskuläre Veränderungszustände und subjektive Empfindungen beschrieben werden. Nach der ersten Behandlung im **Juni 2014** spürte er **2 Tage** lang eine Entspannung in den Schultern.

Wir kombinierten zunächst „Arztauftrag“ mit Methoden wie oben kurz beschrieben und **regelmäßigen Yurashi- Teilbehandlungen einmal –zweimal wöchentlich**. Der Fokus wurde auf den **Arm-/Schulterbereich**, den **HWS-/Nackengebiet** und **die Hüfte** gelegt, immer mit **Nuten-Rotation**, **Berühren** und **Bewegen** und seitlichem Dehnen.

Der Effekt zeigte sich in einer **aufrechteren Körperhaltung** und frei beweglicheren **Schultern**. Mehr Bewegungsausmaß bei **Elevation**, **Außenrotation** und **Abduktion**. Er bestätigte einen spürbaren Erfolg: Herr V. erzählte, er könne sich jetzt gut über den Hinterkopf kämmen.

Durch Nenten-Rotation der **Beine** konnte eine **Längendifferenz** nahezu ausgeglichen werden. Seine Muskulatur um die **Schulter** und am **Oberarm** wurde tastbar weicher, die linke **Schulter** blieb weiter verhärtet.

Da er bereits nach wenigen Anwendungen sich so gut fühlte, machte er den **Fehler**, eine schwere Wasserkiste zu tragen und bekam prompt einen **Hexenschuss**, da seine Muskulatur nicht **WS** stabilisierend genug war. „Die Behandlung macht verführerisch“, sagte er zu mir.

Dann folgte eine urlaubsbedingte Pause im Juli.

**Im August 2014** sahen wir uns wieder und überlegten eine Art „**Yurashi-Kur**“ zu versuchen. Regelmäßige **Yurashi-Basisanwendungen 2x wöchentlich**. Während der Urlaubspause hatte es keine Verschlechterung des Zustandes gegeben. Schmerzen bei der **Elevation** des rechten Armes über 90°.

Wir praktizierten diesen Rhythmus **5 Wochen lang**.

Das linke **Schulterblatt** zeigte sich zu Anfang verspannt, mit sichtbarem **Schulterschiefstand**. Beim Berühren und Bewegen des Armes in Innenrotation trat einmalig ein Muskelzittern auf. **Beim morgendlichen Stecken traten früher regelmäßig Spastiken im Rücken auf. Die Muskulatur werde brettartig**, sagte Herr V.. Eine **Spastik** tauche ab und zu **im linken Fuß** auf.

Während der Behandlungen konnte ich ein deutlich weicher werdendes Gewebe an den Oberarmen v.a. Richtung Achselhöhlen tasten. Ab Mitte August tauchten die **Streckspastiken** nicht mehr auf.

Die Ehefrau bemerkt, dass ihr Mann immer gerader stehe. Er kann nun Treppenstufen sicherer rauf und runter laufen. Herr V. fühlt sich nun körperlich gut, da er sich mehr spürt. Er hat überwiegend keine Schmerzen mehr.

Pause im September.

**Anfang Oktober** kam Herr V. mit einem neuen Rezept. Er berichtet, dass bestimmte Bewegungen in der Zwischenzeit besser geworden sind. Z.B. kann er jetzt die Haustüre aufschließen, was im März noch nicht möglich gewesen ist.

Auch in dieser Phase behandelte ich den Patienten **regelmäßig 1-2x wöchentlich mit Yurashi**, einzelne Sitzungen wurden für gesonderte Handbehandlungen mit dem Schallwellengerät und Manueller Therapie angesetzt, der aktiven Beübung von funktionellen Griffen und Bewegungen wie z.B. Schraubbewegungen, das Schneiden mit dem Messer, Griffanpassung für einen Kugelschreiber mit anschließenden graphomotorischen Übungen.

Insgesamt zeigte sich eine **Verbesserung der Feinmotorik**. So konnte Herr V. z. B. seine **Schreibbewegungen** besser steuern und in eine angemessene Schreibgröße verkleinern.

Meiner Meinung nach hat die Yurashi-Behandlung viel dazu beigetragen, um den Patienten zu einer verbesserten, verfeinerten **Hand-Hand-Koordination** und damit zu mehr Selbsttätigkeit zu befähigen.

Auch eine Kombination aus ergotherapeutischen Methoden und Elementen und Yurashi erscheint erfolgversprechend. Ich weiß nicht, ob ich mit ausschließlich ergotherapeutischer Methodik zu so einer systematischen und nachhaltigen Entwicklung gelangt wäre.

Da der Patient seine Regelverordnungsmenge ausgeschöpft hatte, legte er eine **12-wöchige Pause** ein, um dann wieder mit einer **Erstverordnung 2015** starten zu können.

**Im Februar 2015** sah ich Herrn V. wieder. Er erzählte, dass er die Yurashi-Behandlung vermisst hätte. Sein Zustand sei schlechter geworden. Er fühle sich steifer, besonders in den

größeren Gelenken wie **Knie, Ellenbogen, Schultern**. Das Treppensteigen könne er aber noch gut, auch die Hände wären noch gut einsetzbar. Er schafft es, mit einer Hand seine elektrische Zahnbürste zu halten und einzuschalten. Auch der Bet-Griff ist ohne visuelle Kontrolle gut möglich.

Herr V. empfindet seinen Körper als große Baustelle. Er wünscht sich durch die Yurashi-Behandlung eine längerfristige Verbesserung von Teilbaustellen, z.B. der **Feinmotorik**, die zum Erhalt seiner Alltagsfähigkeiten führt.

### Yurashi Newsletter No. 3 --- März 2015

#### Persönlichen Erfahrungsbericht eines zufriedenen „Kunden“

(Kirsten Harig)

#### YURASHI ...

nein, das ist kein Sushi oder sonst was zu Essen aus Japan, aber ja, Yurashi kommt aus Japan. Es ist aber eine Therapieform, mit der man allerhand Unangenehmes loswerden kann.

Hier erst mal ein Auszug von der Webseite der Heilpraktikerschule Düsseldorf mit Infos:

##### *Yurashi – Die Therapie der sanften Berührung*

*Die Yurashi „Gentle Touch Therapy“ (GTT) ist eine Akutherapie, die grundlegende Probleme für Ermüdungserscheinungen oder Erkrankungen auflöst. Sie leitet sich her aus traditionellen japanischen manuellen Heilverfahren und Streichmassagen. Indem sie sehr sanft mit dem Vegetativen Nervensystem arbeitet, sendet diese Therapie ganz gezielte Impulse an das Gehirn, die anormale Muskelanspannungen ausschalten, um den Allgemeinzustand von Körper und Geist zu verbessern.*

*Indem sie mit dem vegetativen (autonomen) Nervensystem arbeitet, besänftigt die Therapie ungewöhnliche Muskel-Kontraktionen und verbessert damit den Zustand des Körpers wie des Geistes. Um angemessen mit dem vegetativen Nervensystem arbeiten zu können, ist es wesentlich, Reflexe der natürlichen Verteidigungsinstinkte auszuschalten, - daher ist die Berührung sehr sanft. Die Therapie fokussiert darauf, externe Belastungen auf Körper und Geist zum Erliegen zu bringen.*

*Das Verfahren leitet sich her aus traditionellen japanischen manuellen Heilverfahren und Streichmassagen. Es hat in den letzten Jahren Entwicklungen in anderen manuellen Therapieformen gegeben, die ebenfalls mit dem Autonomen Nervensystem arbeiten. Von ihnen unterscheidet sich die Yurashi durch die Sanftheit der Berührungen, die die natürlichen Abwehrinstinkte ausschalten, und damit auch die Belastungen für Körper und Geist.*

*Ohne Instrumente oder Medikamente berührt und bewegt der Yurashi-Therapeut sanft einzelne Körperteile der Patienten. Diese genießen die Therapie, weil sie völlig schmerzfrei abläuft. Sie beansprucht ebenfalls nicht den Körper des Therapeuten; somit können auch ältere Therapeuten sie anwenden.*

*Nachgewiesene und dokumentierte Therapieerfolge bei: Nackenstarre, Rückenschmerzen, Magenschmerzen, Lendenschmerzen, Sehnenentzündungen, Verstauchungen, Quetschungen, Prellungen, Schleudertrauma, Muskelzerrung, Meniskusabriss, Fibromyalgie, Hüftgelenksnekrose, Osgood-Schlatter-Krankheit.*

*Die Original-Therapie wurde vom Matsunaga Vater-und-Sohn-Team seit dem Jahr 2005 entwickelt. Der Ursprung liegt im Ebisu Therapie-Zentrum „Yasuragi“ in Shibuya-ku, Tokyo, die heute von Koji Matsunaga geleitet wird.*

Nun, das klingt sehr vielversprechend, nicht wahr? Wäre es nicht ein Traum, wenn man mit einer so sanften Sache Schmerzen, krumme Körperhaltungen und ähnliches loswerden würde? Nun, dieser Traum ist wahr, ich habe es am eigenen Körper erlebt.

Am vorletzten Wochenende besuchte ich eine sehr liebe und gute Freundin, die gerade eine Ausbildung zur Heilpraktikerin macht und auch einen Yurashi-Kurs absolviert hat - den ersten Teil zumindest, mit dem man Anwender wird. Es folgen noch weitere. Infos dazu findet ihr, falls es euch interessiert, auf der Homepage der Heilpraktikerschule Düsseldorf.

Aber zurück zu mir. Mein ganzer Körper war krumm, unglaublich, ich wusste, dass ich einen **Beckenschiefstand** hatte, und ich habe aufgrund eines **Knochenbruchs im Kindesalter unterschiedlich lange Beine**. Doch dass auch die **Schultern** so unterschiedlich sind, war mir nicht bewusst. Bewusst waren mir hingegen die kleinen Wehwehchen und die größeren

Schmerzpunkte, unter denen ich litt, - wie mein **steifer Nacken** und leichte unregelmäßige **Schmerzen im Knie** und oft **Krämpfe in den Unterschenkeln**.

Nun, die junge Lady legte mich auf eine Behandlungsliege und fing an sanft an mir herumzutasten, die Gelenke zu bewegen und Punkte am Körper zu berühren, darüber zu streichen. Und schon nach dieser einmaligen Anwendung kann ich nur sagen, es war ein voller Erfolg: Die **Schultern** sind gerade, das **Becken** ist gerade, die **Füße** sind natürlich unterschiedlich lang geblieben, doch es ist besser geworden - so viel besser, dass ich an meinen Spezialeinlagen etwas ändern muss bzw. die Gegenseite, der linke Fuß nun auch eine sanfte Einlage braucht, damit meine Füße nun wieder komplett gerade in den Schuhe stehen.

Kurze Rede, langer Sinn: Die Sache funktioniert, und ich bin der jungen Lady sehr dankbar, dass sie an mir geübt hat, so kurz nach Ende des ersten Teils. Ich möchte aber auch noch betonen, dass sie ein Naturtalent ist und jede Minute es wert ist, bei ihr in Behandlung zu sein, wenn sie dies denn dann mal anbietet.

Ich hoffe, ich konnte einen Eindruck vermitteln. Freilich ist diese Kunst noch nicht häufig anzutreffen, doch ich denke, schon bald wird es in Deutschland, in Österreich und in der Schweiz mehr Leute geben, die diese Kunst anwenden können.

Arcadian

## **Yurashi Newsletter No. 6 --- April 2016**

### **Zwei Behandlungsberichte**

(Vera Niermann)

#### Behandlungsbericht 1

Eine 76 jährige Patientin stellte sich vor einem Jahr mit **Beschwerden im Halswirbelbereich** vor. Vor allem waren die Beschwerden von **Kopfschmerzen** geprägt. Auto fahren, nur als Beifahrerin, war für sie schwer erträglich.

Drehbewegung des Kopfes nur noch zu 30° nach links möglich und nach rechts komplett eingeschränkt. Außerdem war eine deutliche **Asymmetrie in der Muskulatur** ersichtlich. Das **Öffnen des Mundes** war deutlich eingeschränkt, sowie die **Kau- und Öffnungsbewegung asymmetrisch**.

Sie hatte bis vor sieben Jahren im rechten Unterkiefer drei fehlende Zähne, die über eine lange Zeit nicht durch Zahnersatz ersetzt wurden. Man fertigte ihr aber dann eine Brücke an, jedoch blieben ihre Probleme.

Nach einer ausführlichen Untersuchung und Anamnese meinerseits wurde sie bei einem ganzheitlichen Zahnarzt vorstellig. Er fertigte ihr eine biodynamische Aufbiss-Schiene zur sensomotorischen Beeinflussung der Stato-Motorik an. In regelmäßigen Abständen wird die Schiene immer noch wieder kontrolliert und nachgeschliffen.

Begleitend behandle ich die Patientin immer noch mit Yurashi. Am Anfang habe ich sie einmal wöchentlich behandelt und mittlerweile sind wir auf einem Abstand von drei Wochen. Die Patientin ist frei von **Kopfschmerzen**, kann ihr Brötchen wieder abbeißen, und Auto fahren ist auch kein Problem mehr. Die **Drehbewegung des Kopfes** ist auf beiden Seiten zu 60° wieder hergestellt. Begleitend zu Yurashi akupuntiere ich sie und habe am Anfang mit Spagyrik gearbeitet.

Ich habe in den ersten fünf Behandlungen die Patientin immer von Kopf bis Fuß behandelt, um eine Grundentspannung zu schaffen. Während der letzten drei Behandlungen kamen nur die Techniken im Kopf- und Kieferbereich, die ich im Therapeuten-Kurs intensiv lernen durfte, zum Tragen.

Das Ziel, eine Erleichterung für die Patientin zu schaffen, ist mir mit Yurashi gelungen. Jetzt heißt es, den Status zumindest zu erhalten, was für mich eine Herausforderung sein wird.

## Behandlungsbericht 2

Eine 42-jährige Patientin stellte sich bei mir vor 9 Monaten vor. Sie hatte eine **Schleimbeutel-OP an der Schulter** hinter sich, jedoch machte der Arm immer noch Probleme. Die Patientin war beruflich sehr überlastet, und sie hatte starke Probleme mit ihrem Darm. Außerdem litt sie unter **starken Schmerzen im linken Leistenbereich und im unteren Rücken**. Nach einer ausführlichen Anamnese und Untersuchung meinerseits sendete sie eine Stuhlprobe ein, und ich akupunktierte sie. Außerdem habe ich nach der ersten Akupunktur-Sitzung sie zu einer Yurashi- Behandlung einbestellt. Nach der ersten Yurashi- Behandlung war die Patientin total erstaunt, dass ihr **Arm** beweglicher und leichter war. Nach einer Woche bestellte ich sie wieder ein, akupunktierte sie und machte mit ihr danach eine komplette Yurashi-Basisbehandlung, so wie ich es in dem Anwenderkurs gelernt habe. Es ging ihr von Woche zu Woche besser. Wir machten begleitend noch eine Darmsanierung, und ich habe sie spagyrisch behandelt. Sie hat, mit einer meiner Salbenmischungen, die Narbe auch noch zusätzlich entstört. Bei dieser Patientin war es mir ganz wichtig, ihr eigenes **Körpergefühl** wieder herzustellen. Sie lernte durch die Yurashi-Behandlungen, dass Therapien nicht immer wehtun müssen, sondern einfach entspannen dürfen. Somit wurde ihre innere Anspannung deutlich besser.

Jedoch, wie das Leben so spielt, **blieb immer noch ein „kleines“ Schulterproblem**. Ich untersuchte Sie nochmals ganz ausführlich. Der **Leistenschmerz**, die Schmerzen **im unteren Rücken**, sowie die Darmprobleme waren nicht mehr Thema, es blieb nur noch die Schulter.

Jetzt aber hatte sich der Körper durch die Yurashi-Behandlungen deutlich sortiert, und ich wurde im **Kiefergelenksbereich** fündig. Die Kiefergelenke waren in der ersten Phase nicht so präsent, da die Patientin so vielseitige Probleme hatte. Der Körper musste sich aufgrund der inneren Anspannung der Patientin erst einmal sortieren. Aber die nächtliche Verarbeitung über das Gebiss war so ausgeprägt (**extremer Bruxismus**), dass es von einem ganzheitlichen Zahnarzt behandelt werden musste.

Sie wurde bei einem ganzheitlichen Zahnarzt vorstellig. Dieser fertigte ihr eine JIG-Schiene zur Kraftbrechung des extremen Bruxismus für den Oberkiefer an. Begleitend behandelte ich die Patientin einmal wöchentlich mit Yurashi. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich noch nicht die Therapeuten-Ausbildung und habe konsequent die Basisbehandlung aus dem Anwender-Kurs angewandt. Nach zehn Wochen konnte der Zahnarzt auf eine biodynamische Schiene wechseln. Was wirklich sehr schnell ging. Nun hatte ich die Therapeuten-Ausbildung schon hinter mir und konnte das Umtrainieren der Muskulatur sehr gut mit Yurashi unterstützen. Wir sind im Moment auf einem Behandlungsabstand von drei Wochen.

Je nach psychischer Belastung geht es der Patientin gut. Wenn sie körperliche Probleme hat, kann sie mir genau sagen, warum sie das Problem hat, und steht nicht hilflos vor der körperlichen Reaktion. Das ist für diese Patientin ein großer Erfolg, und sie hat viel über Ihren Körper, Ihren Geist und Ihre Seele gelernt.

**Yurashi Newsletter No. 11 --- Dezember 2017****Yurashi - in der Ergotherapie**

(Christina Hübener)

In meiner Praxis für Ergotherapie behandeln meine Mitarbeiter und ich Kinder und Erwachsene mit verschiedensten Behinderungen, Krankheitsbildern und psychischen Problemen.

Seit meinem Anwender-Kurs Yurashi im Jahr 2014 wende ich diese Methode im Rahmen der Ergotherapie an. 2015 erlernte eine Mitarbeiterin Yurashi, und auch sie setzt diese Methode regelmäßig mit viel Erfolg in der ergotherapeutischen Behandlung ein.

Obwohl Yurashi in Deutschland von den Krankenkassen nicht als Therapiemethode anerkannt ist und ich verpflichtet bin, nur anerkannte Therapiemethoden einzusetzen, habe ich täglich mit dem Einverständnis meiner Patienten Yurashi angewandt.

Aus einem einfachen Grund: Ich bin von Yurashi überzeugt!

Mit dem Ergebnis: Meine Patienten sind es auch!

In schriftlicher Form informierte ich damals die im Ort ( Hilden / Düsseldorf ) ansässigen Ärzte über dieses in Deutschland neue Verfahren. Ohne Resonanz. Wirkungsvoll dagegen war, dass Patienten, welche die Wirkungsweise von Yurashi am eigenen Körper erlebt hatten, ihre Erfahrungen den behandelnden Ärzten mitteilten.

So geschah es auch in der psychiatrischen Institutionsambulanz, einer Einrichtung, für ambulante Psychotherapien. Dort trafen die Aussagen unserer Patienten bei den Ärzten auf offene Ohren. Seither kommen in stetig wachsender Zahl Patienten mit einem Rezept für Ergotherapie zu uns mit dem mündlichen Auftrag: „Sie sollen Yurashi mit mir machen! - Was ist das?“ Diese Frage liebe ich. Und ebenso gern beantworte ich sie.

Im Folgenden möchte ich nun über zwei Patientinnen berichten, die von mir mit Yurashi behandelt wurden.

Die eine Patientin war 67 Jahre alt, hatte ihr Leben lang als Buchhalterin gearbeitet, war verheiratet, ohne Kinder. Nach ihrer Berentung vor zwei Jahren wurde ihr aufgrund von **schmerzhafter Arthrose ein neues Hüftgelenk** implantiert, im Anschluss 6 Wochen Reha. Unmittelbar darauf erhielt sie die Diagnose Brustkrebs, brusterhaltende OP, wieder Reha. Seit der zweiten OP litt sie unter **depressiver Verstimmung** mit **Schlafstörungen**, die sich u. a. in Form von Einschlaf- und Durchschlafstörungen zeigten. Die Patientin hatte über mehrere Monate keinen erholsamen Schlaf mehr erlebt. Wenn Sie über die Ereignisse der letzten zwei Jahre sprach, standen ihr oftmals Tränen in den Augen, und sie wirkte gleichsam mürrisch. Auf meinen Vorschlag, es mit Yurashi zu probieren, legte sie sich mit den Worten: „Entspannung hat bei mir noch nie gewirkt, aber es wird ja wohl nicht schaden...“, mit einem äußerst skeptischen Gesichtsausdruck auf die Behandlungsliege.

Schon nach wenigen Minuten wich die Anspannung aus ihrem Gesicht und sie registrierte die Verringerung der **Rückenschmerzen**, von denen sie bis dahin nie etwas erwähnt hatte. Am Ende der Behandlung richtete sie sich mit den Worten auf: „So etwas habe ich noch nie erlebt!“ Sie wollte es eigentlich nicht zulassen, aber sie lächelte.

Bei unserem nächsten Treffen erzählte sie von allen möglichen Ereignissen, und in einem Nebensatz erwähnte sie beiläufig, dass sie die ganze Woche gut eingeschlafen sei und sogar durchgeschlafen habe! Sie wisse nicht, woran das liege, das könne doch nicht von 1 x Yurashi sein!“ Sie hat noch weitere 9 Yurashi Behandlungen in Anspruch genommen und dann die

Therapie beendet. Der gute Schlaf war geblieben und sorgte für ihre Genesung und ihr Wohlbefinden. Deutlich sichtbar kam die Freude in ihr Leben zurück!

Eine andere Geschichte:

Menschen mit Angststörungen können es häufig nicht aushalten, von anderen Menschen berührt zu werden. Oft dauert es Wochen oder Monate dauern, bis ein Vertrauensverhältnis geschaffen ist, und selbst dann kann es für den, der die Berührung erfährt, eine Gratwanderung sein.

Die Patientin, von der ich nun berichte, ist 36 Jahre alt. Sie erlitt bereits als Kind schwere Traumata in ihrer Familie durch Gewalt und Missbrauch. Sie entwickelte eine multiple Persönlichkeit und kann bis heute starken inneren Druck meist nur durch Selbstverletzung lösen. Physische Schmerzen hat sie sprichwörtlich von Kopf bis Fuß. Fast alle Gelenke schmerzen, ebenso der Kopf, der Bauch, die Beine, der Rücken. Die jeweiligen Fachärzte wie Orthopäden und Internisten können dafür keine Ursache finden und in Folge dessen außer Schmerztabletten keine Hilfe anbieten.

Lange, nachdem ich dieser Patientin von Yurashi erzählt hatte, bat sie mich eines Tages um eine solche Behandlung, da sie aktuell unter extremen Kopfschmerzen litt. Äußerst behutsam und mein Tun ständig erklärend, bekam sie ihre erste verkürzte Yurashi Anwendung. Obwohl sie währenddessen ständig in ihre Schutzfunktion – also in andere innere Persönlichkeiten – wechselte, erlebte sie die Behandlung als wohltuend, entspannend, schmerzreduzierend und sogar Tränen lösend....

Im Verlauf weiterer Yurashi Behandlungen konnte bei dieser Patientin besonders im Bereich des Nackens, der Schultern und der Beine eine deutliche Linderung der Schmerzen erzielt werden. Auch wenn ihre Schmerzen hier nicht ursächlich gelöst werden können, bedeutet die Schmerzreduzierung durch Yurashi als begleitende Maßnahme für diese junge Frau (nach eigenen Aussagen) einen Weg in Richtung von ein wenig Lebensqualität.

So könnte ich noch von vielen weiteren positiven Beispielen erzählen....

Ich freue mich sehr auf alles, was ich weiterhin über Yurashi lernen darf und auf all die Erfahrungen mit Yurashi, die noch vor mir liegen.

## Yurashi Newsletter No. 16 --- Oktober 2019

### Erfahrungsbericht

(Waltraud Rhexus)

(Waltraud hatte die Ankündigung des Beitrags „Weil Streicheln oft irgendwie ganz schön hilft. Yurashi für die Psyche“ zur BDH-Arbeitstagung „Let's Work“ in Gelsenkirchen gelesen, in der es um den möglichen Stellenwert von Yurashi in einem psychotherapeutischen Setting gehen sollte, und reagierte mit der folgenden Mail, die im Yurashi Newsletter abgedruckt wurde).

*Hallo Reinhard,*

*es ist schon irgendwie lustig...*

*kaum hatte ich gelesen, dass Du hierüber Vorträge am Tag der offenen Tür und in Gelsenkirchen hältst, schon trifft auch mich genau diese Thematik! Ich weise psychisch*

*belastete Patientinnen immer darauf hin, dass Yurashi auch die Seele anspricht, es also auch einmal zu Tränen während der Behandlung kommen könnte und sie dies aber unbedingt zulassen sollten!*

*- Vor 2 Wochen hatte ich eine Yurashi-Patientin, die wieder eine Verschlechterung ihres **Burn-Out** hatte, sich aber bereits wieder auf dem Weg der Besserung befand. Die Behandlung tat ihr sehr gut, sie war eigentlich gelöst, hat aber später unter leichten **Kopfschmerzen** gelitten, was sie aber nicht belastete (ich vermute, sie hatte ihre Gefühle doch unterdrückt). Rundum ging es ihr besser.*

*- Vergangene Woche: eine 53-jährige Yurashi-Patientin, die mir im Vorfeld bereits sagte, dass sie "dünnhäutig" sei und immer wieder unter **Magendruck** leide - auch gerade im Augenblick. Ich besprach mit ihr die Auswirkungen des **Klimakteriums** und habe behandelt. Bereits während der Behandlung kam der Satz "jetzt ist ja plötzlich der Druck im Magen weg, den ich seit 2 Tagen wieder hatte..." Ich konnte förmlich spüren, wie sich Verhärtungen lösten und stellte sehr starke **Anspannungen in den Beinen** fest, die etwas widerspenstig waren. Nach der Behandlung, die tolle Auswirkungen hatte, besprach ich das mit ihr. Sie sagte, dass sie seit einigen Monaten fast jeden Abend walken ging. Meine Frage, ob sie sich vorstellen könne, dass sie vielleicht damit vor irgendetwas weglaufen wolle, **löste Tränen bei ihr aus...** Dann fragte sie, ob ich sie mal in den Arm nehmen könne. Dann war alles gut, sie fühlte sich super und hat später gut gelaunt und gelöst die Praxis verlassen.*

*- Gestern: Yurashi- Patientin 58 Jahre. Im Gespräch alles gut, angeblich nur verspannte Schultern und Lendenwirbel. Ich merkte jedoch, dass da wohl mehr dahinter ist, wollte aber die Psyche noch nicht ansprechen. Die Behandlung verlief sehr locker, da sie dabei leicht meditierte. Bei der Behandlung der **Schultern** und des **Nackens** merkte ich dann eine leichte Unruhe, die sich nach ein paar Minuten wieder auflöste. Die Patientin war super zufrieden und fühlte sich gelöst. Dann sagte sie mir, dass ihr **kurz ein wenig übel** geworden sei, sie dies aber nicht sagen wollte. Ich habe mich dann intensiver mit ihr unterhalten und dann **liefen die Tränen**. Meine Frage: "Möchten Sie mal in den Arm genommen werden?" Das hat sie sehr gerne in Anspruch genommen. Danach ging es ihr noch besser, sie ging sehr dankbar und will Yurashi in ihr Behandlungskonzept mit aufnehmen.*

*Ich wollte Dir mit diesen kurzen Erzählungen nur mitteilen, dass andere Therapeuten auch Erfahrungen mit Yurashi und Psyche machen, vielleicht kannst Du es ja weitererzählen.*

## **Yurashi Newsletter No. 24 --- Dezember 2023**

### **Yurashi in Farbe!**

(Barbara Döll)

Weil es mir selber eine Freude ist, möchte ich euch heute von einem Patienten erzählen, der mir sein Feedback nach einer Yurashi-Behandlung in Bildern beschreibt.

Dieses Bilderleben erfährt er seit einiger jüngerer Zeit und es stellt sich ein, während wir ganz in der Ruhe ohne Nebengespräche arbeiten.

### **Ein Fallbericht**

#### **Vorgeschichte**

Der Patient, Herr W. ist 60 Jahre alt. Er ist Ingenieur und programmiert Roboter. Er liebt das weiche Pelzchen seiner Vogelspinnen, erfreut sich an einem intensiven kobalt-blau (z.B. an

unserem Lagerungskissen oder Decke), trägt mit Vorliebe gemusterte Socken zum gemusterten Hemd und entspannt sich an dem lustigen Geräusch von weichen Bällchen, die in eine Holzschale platschen.

Seine Kindheit ist geprägt von emotionaler Kälte, Depressionen der Mutter, die früh starb und dem Alkoholismus und der Ablehnung des Vaters. So war er früh auf sich alleine gestellt. Zu seiner jüngeren Schwester hat er sporadischen Kontakt.

Herr W. kommt schon seit 2017 in die Ergotherapie, wurde von Kollegen lt. ärztlicher Verordnung zunächst sensomotorisch ausschließlich an den **schmerzhaften arthritischen Gelenken der Hand** behandelt. Der Focus lag auf Maßnahmen zur Schmerzreduzierung und der Bewegungserhaltung. Mit Manual-Therapie und Kältebehandlungen konnte schon einige Linderung erreicht werden.

Der Patient hatte auch immer wieder kürzere Behandlungspausen, da Rezepte nicht weiter verordnet wurden und er sich auf seine neue Arbeitsstelle konzentrieren wollte.

Mit der Wiederaufnahme der Ergotherapie fand aus organisatorischen Gründen auch ein Therapeutenwechsel statt. Die Schmerzzustände hatten sich weiter an verschiedenen anderen Stellen am **Gelenkapparat, vor allem der Hüfte**, manifestiert. Die **Muskulatur der Beine** wies einen erhöhten Tonus auf und war fest. Die Beine durften nicht stark in die Außenrotation gebracht werden. Der Patient kommt bis heute zu Fuß mit Gehstock, auch unter größten Schmerzen. Seine Schmerzstärke lag häufig bei „8“.

Seine Diagnosen sind multipel: **Fibromyalgie, Hüftdysplasie, Depression, Bandscheibenvorfälle, Arthrose.**

### **Yurashi**

So kam Herr W. dann mit Yurashi in Kontakt, die ihm von Christina Hübener als schmerzlindernde ganzheitliche Methode angeboten wurde. Dies eröffnete ihm eine neue Dimension der **Schmerzreduzierung und das Zulassen von sanften Berührungen.**

In dieser Zeit hatte ich Herr W. auch ein paar Mal als Vertretungspatient und lernte ihn schon ein wenig kennen mit seinen ganz speziellen Eigenheiten.

Die Behandlung musste sorgsam, mit Vorbesprechung, danach mit Ansagen, an welchen Körperteil man berühren wird, langsam und sehr sanft durchgeführt werden.

Die Stammbehandlung konnte nur adaptiert in Teilstücken angewandt werden. Z.B. keine Nenten-Rotation an den Beinen.

Für ihn sind gleiche Abläufe wichtig, um sich sicher zu fühlen und Entspannung zuzulassen. Herr W. „scannte“ während der Behandlung seinen Körper mit ab und blieb meist mental im Schmerz hängen und grenzte immer mehr die Bereiche ein, von denen er meinte, dass diese nicht berührt werden dürften. Er gab sofort Rückmeldung, wenn er wieder einen Schmerzpunkt entdeckte und die Berührung somit zu intensiv für ihn war. Dennoch kam er immer wieder und wollte diese Behandlung, da es ihm nach der gegebenen Behandlung für ein paar Stunden oder auch am nächsten Tag psychisch und physisch besser ging.

### **Yurashi 2022/2023**

Nach einer längeren Behandlungspause aus organisatorischen Gründen ist Herr W. seit Oktober 2022 mein Patient und ich wage zu behaupten, dass sich nun eine sehr gute vertrauensvolle therapeutische Beziehung eingestellt hat.

Seine Schmerzstärke bewertete er zu Anfang mit 5-6.

Zu Beginn dieses Jahres wurden mehrere Bandscheibenvorfälle im LWS-Bereich diagnostiziert, die seine Mobilität noch weiter einschränken. Seit März 2023 hat er sich auf einen Rollstuhl für weitere Strecken eingelassen. Schmerzen im ISG sind dauerhaft da, quälen ihn schubweise sehr. Das Rezept für die Ergotherapie bekommt er u.a. von seiner Psychotherapeutin, bei der er 14tägig Sitzungen wahrnimmt.

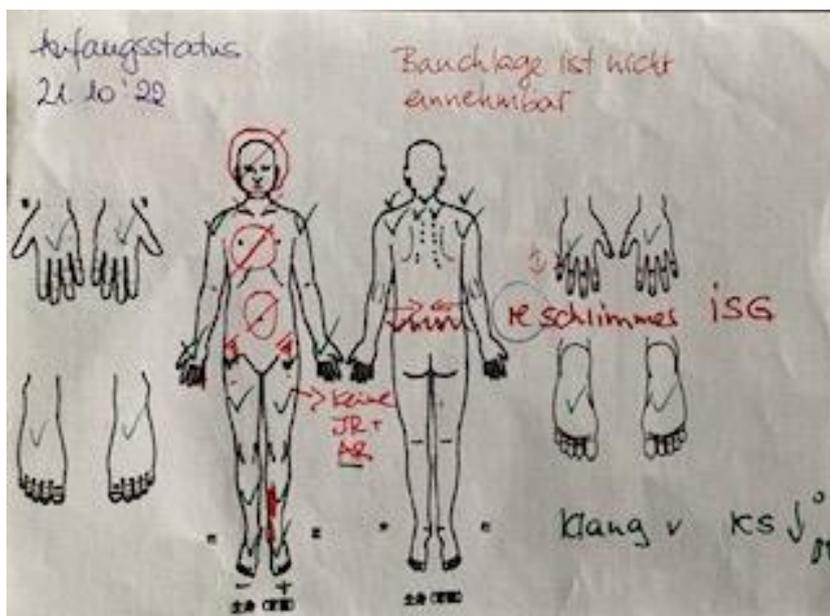


Abb.1 meine Landkarte mit grünen und roten Zonen

### Behandlung:

Hier habe ich mir mit unserem Menschenschema meine Landkarte für die Yurashi-Arbeit mit Herrn W. aufgemalt.

Grüne Körperregionen dürfen berührt werden, rote auf keinen Fall oder nur nach Vereinbarung. Die Bauchlage ist für Herrn W. nicht einnehmbar.

Gezackte oder gestrichelte Linien sind auffällige Schmerzbereiche.

Diesen Zettel hatte ich lange Zeit neben mir auf dem Tisch liegen.

Zu Beginn jeder Behandlung machten wir eine „Bestandsaufnahme“, was geht was nicht, ob es Änderungen gab, die ich berücksichtigen konnte. Ab und zu wünscht er sich auch Klang mit einer Klangschale am Ende der Behandlung dazu oder sogar das Aufstellen einer tiefen Klangschale auf den Bauch.

Ganz wichtig für die erfolgreiche Behandlungsstunde ist für Herrn W. und mir das Einhalten von gewissen Ritualen und die gute Lagerung seines Körpers. Auf dem Tisch liegt ein langer Schuhlöffel für das Anziehen der Schuhe nach der Behandlung.

Für den Kopf liebt er ein niedriges Kissen, das mit kleinen Kügelchen gefüllt ist und er sich darauf einrichten kann.

Unter die Knie kommt eine weiche Lagerungsrolle.

Gegen die Außenseiten der Sprunggelenke lehnen Sandsäckchen. Wenn ich etwas vergesse, erinnert er mich höflich daran. Er kann nur in Rückenlage behandelt werden.

Dann können wir starten, anfangs noch mit Ansage: (zur Diagnostik) leichtes Abtasten der Schultermuskulatur, vorsichtiges kurzzeitiges Berühren des Beckens, der Füße.

Die kleinen Pünktchen setze ich auf den linken Arm.

Danach mit Ansage: „Ausstreichen des Armes, linke Seite“, „Ausstreichen des Armes rechte Seite“, „Ausstreichen des Beines, linke Seite“, „Ausstreichen des Beines, rechte Seite“.

Auch da musste ich anfangs beachten, nicht zu sehr die Innenseiten der Ober- und Unterschenkel zu berühren.

Danach kann ich mit der Stammbehandlung an den Armen beginnen und wandere so durch die „grünen Zonen“.

Ich zweifelte zu Beginn schon an der Wirksamkeit der Behandlung und fühlte quasi mit ihm die Eingeschränktheit der Möglichkeiten. Als Variante probierte ich zur Vertiefung der Entspannung Klang mit einzusetzen. Auch da ging nur Ausgewähltes und nach dem Prinzip „Weniger ist Mehr.“ Ich erschreckte mich selbst, wenn ich mal punktgenau eine Schmerzstelle berührte. Also drumherum arbeiten...

Von Woche zu Woche lernten wir uns besser kennen.

Von Woche zu Woche kehrte mehr Ruhe ein.

Von Woche zu Woche trat sein Humor zum Vorschein.

Von Woche zu Woche sprach er weniger über seinen Schmerz

Von Woche zu Woche arbeiten wir in mehr Stille.

Von Woche zu Woche darf ich mehr von den roten Zonen berühren.

Von Woche zu Woche erzählt er mir anschließend von seinen inneren Bildern.



Abb.2 Versuch einer Darstellung in Ölkreide

Herr W. erzählt von Mustern in unterschiedlichen Farben, meist geometrisch, aus Linien, diese 2dimensional. Wir hatten auch schon fliegende Paprikas, strahlende quallenartige Figuren. Oder er blickt von oben, aus lilafarbenen Wolken auf fest umrissene bunte Felder. Er genießt diese intensiv farbigen Traumwelten, die er in einem Alphazustand erlebt und möchte diese auch im Anschluss spontan mitteilen. Ich finde das sehr spannend, da mir bisher noch niemand von solchen Erlebnissen nach Yurashi erzählt hat. Ich kenne das Farbenerleben beim Meditieren oder auch in der Klangentspannung. Doch diese Bilder sind einmalig. Ich habe Herrn W. motiviert, diese einmal in Farbe auf Papier zu bringen.

Habt auch ihr solche oder ähnliche Erfahrungen gemacht?



Abb.3 Wolkenblick auf Felder

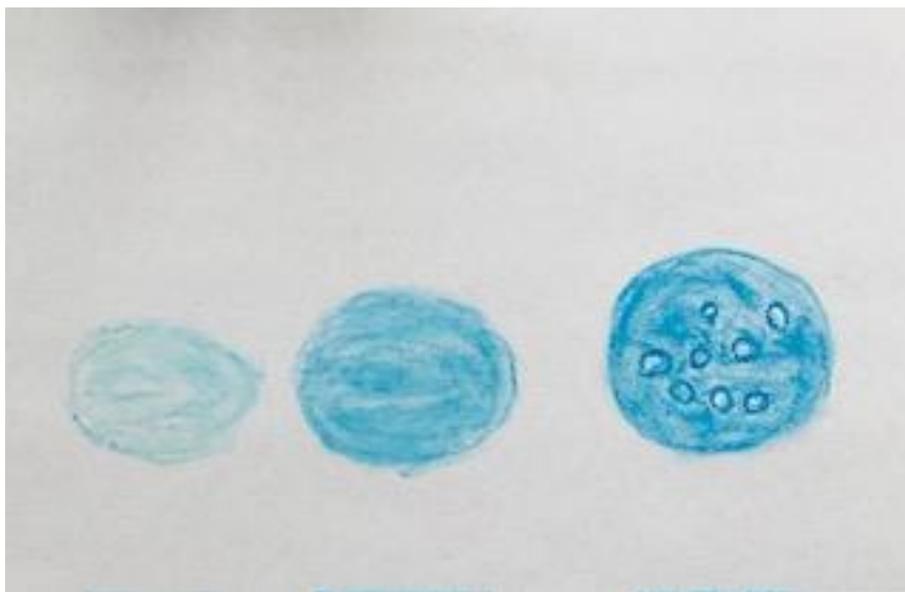


Abb.4 transparente Blasen

Diese Bilder sind ein annähernder Versuch mit Ölkreiden, jedoch ist er nicht ganz zufrieden, da er nicht genau die Farben darstellen kann, die er gesehen hat, weil diese nicht in seinem Farbkarton sind.

Herr W. hat es geschafft von seinem körperlich belasteten Schmerzerleben in eine tiefere Ebene, eine heilsame psychisch entspannende Ebene seines Körpers zu gelangen und daraus ein Glücksgefühl oder Zufriedenheitsgefühl mit in den Alltag zu nehmen.

Nach dem Auf und Ab von Schmerzzuständen und dem Einhalten von Abläufen gibt es nun eine Stabilität, eine Schmerzreduzierung oder auch ein Tolerieren von Schmerz als Lebensbegleiter. Schmerzstärke 3-4. Wir amüsieren uns über die Sketche von Loriot.

Seine körperliche Landkarte ist nun auch für mich viel „grüner“ geworden. Ich arbeite mittlerweile mit ihm ohne Ansage.

Ich darf Beininnenseiten, Sprunggelenkinnenseiten, die Lendenwirbelsäule/IGS-Bereich rechts und links berühren. Ich darf Teile seines Kopfes und die Stirn berühren. Er ist eine vertrauensvolle Beziehung mit mir eingegangen.

Die Behandlung ist noch nicht zu Ende. Wir machen gerade eine kleine Pause. Ich bin gespannt, wo wir dann stehen.

Ach ja, eins noch: Herr W. hat das [Asperger-Syndrom](#).

## Yurashi Newsletter No. 26 --- August 2024

### Yurashi in der täglichen Praxis

(Gabi Bast)

Ich hatte in meinem Arbeitsalltag ein schönes Beispiel dafür, dass sich die Wirksamkeit der Yurashi-Therapie nicht nur subjektiv anhand dessen, was wir sehen und was uns berichtet wird, sondern auch objektiv nachweisen lässt:

Es handelt sich um einen männlichen Patienten, 28 Jahre alt, bei dem während einer [Gefäßoperation am Hals und Kopf rechts zwei Hirnnerven verletzt wurden mit anschließender Lähmung bzw. massiv eingeschränkter Beweglichkeit der rechten Rachen- und Kehlkopfmuskulatur](#).

Dies äußerte sich symptomatisch durch schwere Schluckstörungen und ausgeprägte Heiserkeit mit fast tonloser Stimme, was zu deutlicher Sprechanstrengung führte. Darüber hinaus waren erhebliche [Verspannungen im Gesichts-, Hals-, Schulter- und Nackenbereich vorhanden](#).

Ich habe zunächst eine anfängliche Diagnostik mittels einer endoskopischen Untersuchung von [Stimme und Schlucken](#) durchgeführt. Hierbei wird ein dünnes Endoskop durch die Nase in den Rachen geschoben, damit man den Schluckvorgang und die Stimmbildung im [Rachen und im Kehlkopf](#) sichtbar machen kann.

Danach bekam der Patient eine 12-minütig Yurashi-Behandlung mit verschiedenen Techniken im Kopf- und Schulterbereich.

Direkt danach habe ich die endoskopische Untersuchung der Stimme wiederholt und im Vergleich beider Untersuchungen folgende Veränderungen festgestellt:

Es zeigten sich ein [verbesserter Stimmbandschluss](#) und weniger kompensatorische Muskulaturbewegung um das gesunde Stimmband herum. Dies ist darauf zurückzuführen, dass die Muskulatur auf der nicht gelähmten Seite gelockert und damit besser beweglich wurde.

Dann erfolgte zusätzlich die Rückmeldung des Patienten: Er nahm den behandelten Bereich als entspannter wahr, empfand weniger Anstrengungen beim Sprechen, und die Stimme hörte sich etwas klangvoller an. Dieser Effekt hielt über mehrere Stunden an.

**Ich liebe die Yurashi-Therapie!**