

## Patientenportrait

### SPIRALDYNAMIK® WIRD MICH EIN LEBEN LANG BEGLEITEN

Zürich (pts/01.08.2017/06:45) **Leichten Schrittes kommt Adriana Schwestermann zum Interview, ohne Anzeichen von körperlichen Beschwerden. Erfolgreich hat sie die Spätfolgen einer Skoliose sowie eine Arthrose im rechten Fuß bekämpft. Was sie dazu veranlasste, mit einer Spiraldynamik®-Ausbildung anzufangen.**



„Von nichts kommt nichts“, das die Lebensphilosophie von Adriana Schwestermann. Sie hat viele Hürden überstanden, als Kind, als Erwachsene und auch jetzt in der zweiten Lebenshälfte. Adriana Schwestermann ist 54jährig und wohnt im Tessin. Sie arbeitet als Gästebetreuerin in einem Ferienressort, wo sie eine Praxis für Bewegung, Wellness und Kosmetik führt.

Als Kind musste sie wegen einer Skoliose ein Korsett tragen. Das reichte jedoch nicht aus, um Spätfolgen zu verhindern, sodass sie dauernd mit Schmerzen in der rechten Schulter leben musste. Eine Operation kam für sie nicht in Frage, weil sie „gegen Messer und Skalpell“ sei, solange man mit therapeutischen Maßnahmen helfen könne.

#### **Zuerst die Füße, dann die Schulter**

Mit der Spiraldynamik® war Adriana Schwestermann bereits vor der Rückentherapie in Kontakt gekommen: Nach einem Riss der Wadenmuskulatur am rechten Bein und der daraus resultierenden Fehlbelastung bildete sich ein sehr schmerzhafter Hallux. Zwei Fachkliniken bestätigten ihr, dass sie um eine Operation nicht herumkomme. Aber Adriana Schwestermann machte sich selber schlau und suchte nach Alternativen. „So kam ich auf die Spiraldynamik®“. Einmal pro Woche reiste sie zu einer SD-Therapeutin in der Innerschweiz, und gleichzeitig meldete sie sich für eine Ausbildung in der Spiraldynamik® Akademie in Zürich an. Mit vertieften Kenntnissen, intensivem Training und täglichen Übungen zuhause ging Adriana Schwestermann ihr Fußproblem an. Nach anderthalb Jahren war sie schmerzfrei konnte wieder „schöne Schuhe“ tragen. Dr. Christian Larsen, leitender Arzt des Spiraldynamik® Med Centers in Zürich, konnte ihr eine gute Prognose stellen: „Das Therapieergebnis ist stabil – und es wird so bleiben.“

#### **„Ich fühle mich befreit“**

Mittlerweile wurden die Schmerzen im Nacken und in der rechten Schulter unerträglich. Sogar Dr. Larsen riet zu einer Operation: „Die Abnützung der Wirbelsäule – verbunden mit erheblicher Arthrose der kleinen Gelenke und einer Kompression der seitlich austretenden Rückenmarksnerven – war fortgeschritten.“ Adriana Schwestermann lehnte einen operativen Eingriff ab. Sie wollte es nochmals mit einer Therapie versuchen. „Es war ein Kampf über Jahre“, sagt sie.

Mit der Spiraldynamik®-Therapie sind die Nackenschmerzen verschwunden. Dazu Dr. Christian Larsen: „Durch eine falsche Kopfhaltung wurde bei Frau Schwestermann die Nervenaustrittskanäle eingeeengt. Hier hat die Therapie Platz geschaffen, Fehlhaltung und Fehlbelastung wurden korrigiert und die Schmerzen bekämpft.“ Jetzt will Adriana Schwestermann noch die „letzte kleine Baustelle“, die Muskelschmerzen in der Schulter, therapieren. Initiative und Durchhaltevermögen haben sich gelohnt: „Ich fühle mich befreit.“

#### **„Alles ist ein Zusammenspiel der Werte“**

Die täglichen Übungen gehen ebenso weiter wie die Massagen des Fußes. Sie sei ein „Bewegungsmensch“, betont die 54-Jährige. Sie braucht die frische Luft, praktiziert Yoga, wandert, spielt Tennis und freut sich jeden Tag, dies alles ohne Schmerzen zu erfahren. Und sie denkt ganzheitlich: „Gesundheit, Ernährung, Ethik und Ästhetik, alles ist ein Zusammenspiel.“ Von diesen positiven Werten profitieren auch ihre Kunden. Ein wichtiger Teil in diesem Puzzle ist für Adriana Schwestermann die Spiraldynamik®: „Sie wird mich ein Leben lang begleiten.“

**Kompetenzzentren: Med Center Basel | Bern | Zürich | Luzern | St. Gallen**

Die Ärzte und Therapeuten der Spiraldynamik® Med Center & Praxen sind spezialisiert auf funktionelle Diagnostik und Behandlung von Beschwerden des Bewegungssystems. Die Spezialisten für die Zusammenhänge im Bewegungssystem vermitteln ihr Know-how gezielt und individuell durch spezialisierte Therapien und Schritt-für-Schritt Übungsanleitungen.

---

**Spiraldynamik® Med Center & Praxen:** <http://www.spiraldynamik.com/medcenter.htm>

**Spiraldynamik Konzept:** <http://www.spiraldynamik.com/konzept.htm>

**Kostenloser Newsletter:** [http://www.spiraldynamik.com/newsarchiv\\_medizin.htm](http://www.spiraldynamik.com/newsarchiv_medizin.htm)

**Kostenlosen Newsletter abonnieren:** <http://www.spiraldynamik.com/newsletter/newsletter.php?p=subscribe>

---

**Presse Kontakt**

**Spiraldynamik® Med Center AG**

Daniela Altenpohl

Restelbergstrasse 27

CH 8044 Zürich

T +41 (0)43 210 34 43

F +41(0)43 210 34 44

[daniela.altenpohl@spiraldynamik.com](mailto:daniela.altenpohl@spiraldynamik.com)

[www.spiraldynamik.com](http://www.spiraldynamik.com)