

ISCHIAS

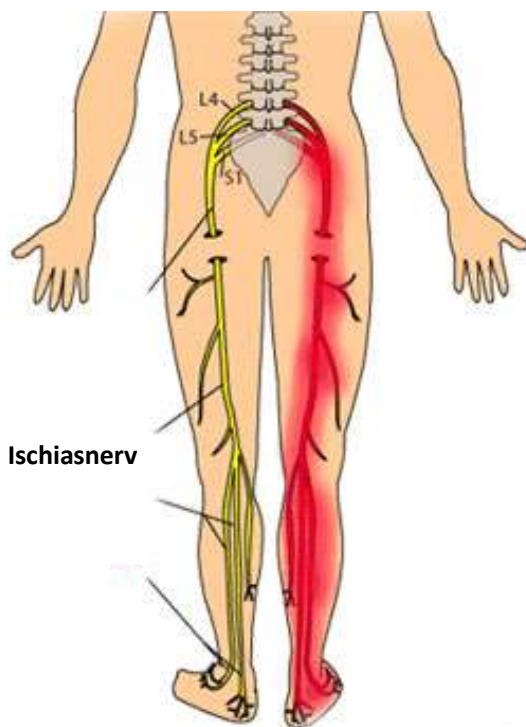
**WIESO SIE IHN BIS JETZT
FALSCH BEHANDELT HABEN!**



© ISCHIASSOS.COM

WAS IST ISCHIAS?

Sie leiden unter Ischias oder kennen jemanden, den Ischiasschmerzen plagen? Dann wissen Sie bereits, wie zermürend und hinderlich diese Erkrankung sein kann, und wie schwer sie einem das Leben, ja selbst die kleinsten täglichen Arbeiten macht. Sie kennen auch die unerträglichen Schmerzen im Lendenbereich und in den Beinen. Was viele Menschen jedoch nicht wissen, ist, dass diese Erkrankung bei rechtzeitiger Behandlung vollständig geheilt werden kann.



Ischiasschmerzen entstehen, wenn der Ischiasnerv gereizt wird. Der Ischiasnerv ist der größte Nervenstrang im Körper und leitet sie Signale vom Rückenmark in die Muskeln des Oberschenkels und auf der Rückseite des Knies in den Unterschenkel. Ischias ist oft die Folge einer Verletzung im unteren Teil des Rückens (Lendenwirbelsäule). An der Lendenwirbelsäule entspringen die Nervenwurzeln des Ischiasnervs als Bündel von fünf Paaren. Werden diese Nerven durch Kompression oder

Quetschung gereizt, kommt es aufgrund der Druckeinwirkung zu Schmerzreaktionen, Lähmungen und Taubheitsgefühlen.

Neben der Kompression der Nerven als Ursache gibt es auch noch andere Ursachen für den Ischias, wie zum Beispiel:

Bandscheibenvorfälle: Wenn der weiche innere Kern der Bandscheibe aus seiner äußeren Hülle austritt, kann er auf die Nerven im Wirbelsäulenkanal drücken. Die bei einem Bandscheibenvorfall ausgetretenen Gewebe enthalten eine saure Substanz, die die Nerven irritieren und zu einer schmerzhaften Entzündung führen kann.

Lumbale Spinalkanalstenose: Diese Kompression der Nerven tritt häufig bei älteren Menschen auf und stellt eine Verengung des Wirbelkanals dar. Die Erkrankung entsteht durch den – aufgrund des verstärkten Wachstums des Bindegewebes oder verrutschter Bandscheiben entstehenden – übermäßigen Druck auf die Nervenwurzeln des Ischiasnervs.

Piriformis-Syndrom: Ursache für diese Erkrankung ist die Verkürzung eines kleinen Muskels, des Musculus piriformis, im Gesäß. Es entsteht eine Druckeinwirkung auf den Ischiasnerv, wodurch eine Reizung und die typischen Schmerzen entstehen.

Isthmische Spondylolisthese (Wirbelgleiten): Diese Erkrankung entsteht, wenn die von einer Instabilität betroffenen Lendenwirbelkörper nach vorne rutschen und es zu einer fehlerhaften Ausrichtung der Wirbelkörper kommt. Bei einer Fraktur oder Verengung der Wirbelzwischenräume – bei der sich ein Wirbelkörper aufgrund einer (stressbedingten) Fraktur über den darunterliegenden Wirbel schiebt – kommt es häufig zu einer Reizung und in der Folge einer Entzündung des Ischiasnervs.

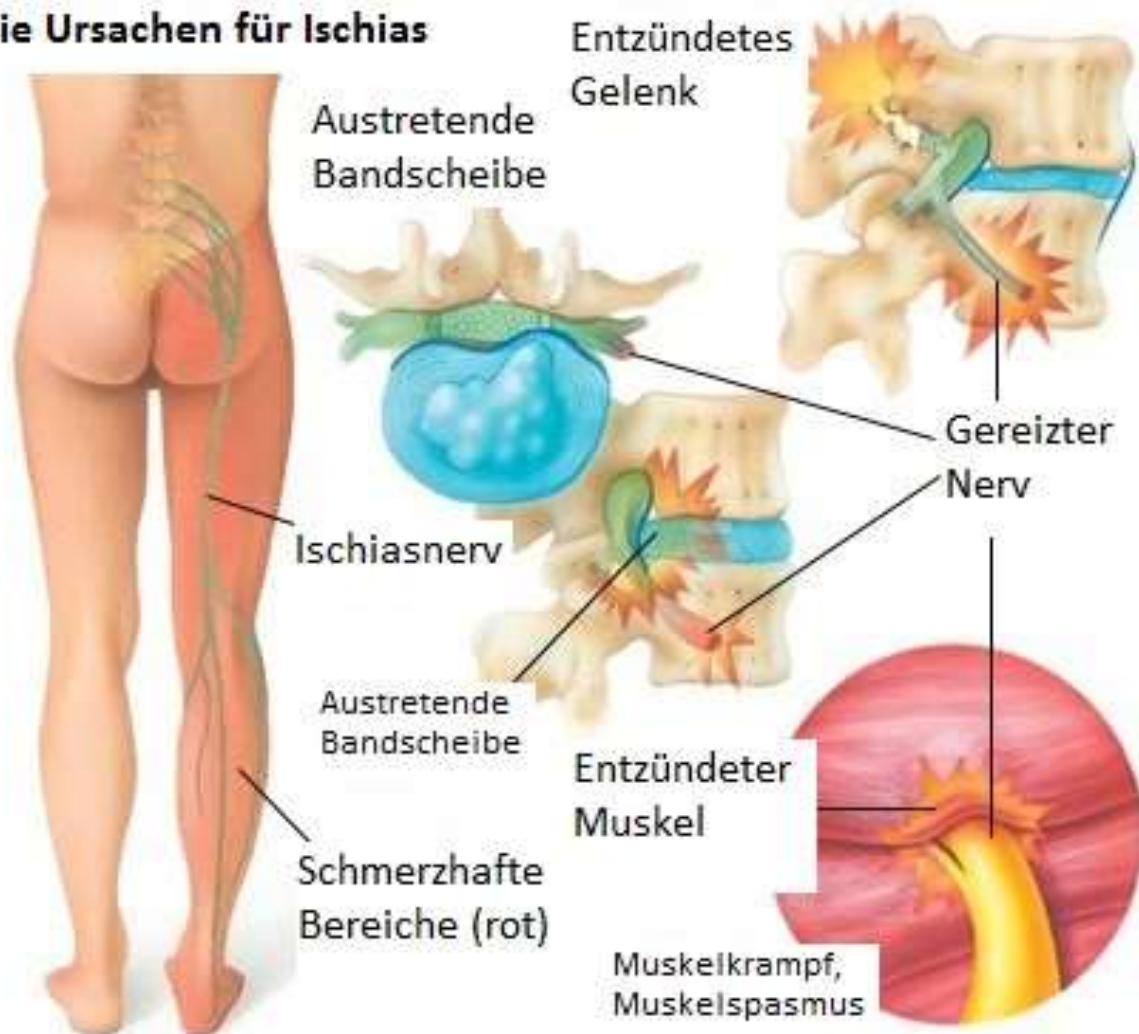
Trauma: Durch Unfälle, Stürze oder sonstige Krafteinwirkung von außen können die Nervenwurzeln an der Wirbelsäule gequetscht werden. Häufig kommt es dabei zu einer Entzündung des Ischiasnervs.

Das Wissen über die Symptome und die Ursachen für die Erkrankung des Ischiasnervs hilft Ihnen, die richtigen Schritte in Richtung einer vollkommenen Heilung der Erkrankung zu setzen.

Es ist wichtig, dass man weiß, dass es unterschiedliche Ursachen für das Ischiassyndrom gibt und dass jede Behandlung auf die Ursache abgestimmt

sein muss. **Es gibt keine „Einheitslösung“ bei der Behandlung von Ischias; die Gefahr, dass man damit Schaden anrichtet, ist groß.** - *New England Journal of Medicine (2015).*

Die Ursachen für Ischias



Warum herkömmliche Ischiastherapien oft versagen

Wenn Sie mit Ihren Ischiasschmerzen zu einem Arzt gehen, wird er Ihnen höchstwahrscheinlich ein schmerzhemmendes Medikament verschreiben. Als kurzfristige Lösung und zur Entzündungshemmung macht das durchaus Sinn.

Leider wird durch die Verabreichung von Medikamenten auf die **zugrundeliegende Ursache der Ischiasnervreizung nicht eingegangen**.

Ist ein Nerv gequetscht oder gereizt, wird das Problem durch die Einnahme eines Medikaments bestenfalls überdeckt, es kann jedoch keine Lösung des Problems stattfinden.

Die am häufigsten bei Ischiasschmerzen verschriebenen Medikamente sind die nicht-steroidalen Entzündungshemmer (NSAID) wie Ibuprofen, Aspirin und Diclofenac.

Allerdings haben diese Entzündungshemmer (NSAID) beträchtliche Nebenwirkungen, wenn sie über einen längeren Zeitraum eingenommen werden, und können zu Herzinfarkt und Herzerkrankungen führen. Man hat festgestellt, dass die Einnahme

von NSAID-Entzündungshemmern über einen längeren Zeitraum die zweithäufigste Ursache für gastrointestinale Blutungen und Geschwüre darstellt, laut einem Bericht im *Trends in Cardiovascular Medicine Journal* (2015).

Vorsicht ist daher geboten, wenn diese Medikamente über einen längeren Zeitraum



eingegenommen werden sollen. Nicht-steroidale Entzündungshemmer (NSAID) können auch weitere unerwünschte Nebeneffekte hervorrufen, wie zum Beispiel Schläfrigkeit, erhöhten Blutdruck, Kopfschmerzen und Niereninsuffizienz. Man hat auch herausgefunden, dass Geschwüre, welche durch diese Medikamente verursacht wurden, eher zur Blutung neigen, als jene, die auf Bakterien zurückzuführen sind.

Aber noch etwas anderes macht die Einnahme dieser Medikamente so gefährlich. Wenn der Grund für Ihre Ischiasschmerzen etwas ist, dass Sie häufiger, vielleicht täglich tun – eine schwere Last tragen und dabei eine Bewegung ausführen, zum Beispiel –, **dann kann die Tatsache, dass Sie die Schmerzen mit Medikamenten maskieren, dazu führen, dass Sie diese Tätigkeit immer wieder ausführen und die Schmerzen dadurch noch weiter verschlimmern.**

Das ist ein riesiges Problem in der modernen Schmerztherapie. Und es ist der Grund, weshalb so viele Menschen jahrelang an ihren Ischiasschmerzen leiden, obwohl sie eine traditionelle Behandlung erhalten.

Kann der Chiropraktiker den Schmerz lindern?

Eine weitere beliebte Behandlungsmethode für Ischias ist die manipulative Korrektur beim Chiropraktiker. Es gibt zwar ein paar – qualitativ wenig überzeugende – Untersuchungen, die besagen, dass diese Methode bei kurzen Anfällen von Ischias eine Heilung bewirken kann, aber es gibt **keinerlei oder nur wenige Hinweise, dass diese Methode bei chronischen Ischiasschmerzen hilft.** *The Cochrane Database of Systematic Reviews (2012).*

Dagegen gibt es Berichte, dass die Ischiasnerv-Manipulation eine Erkrankung namens Kaudasyndrom hervorrufen kann, eine schwerwiegende Erkrankung, die zu Lähmungen im Kreuzbereich, sexueller Dysfunktion oder Blasenschwäche führt.



Wenn man also die Tatsache betrachtet, dass es nur wenige Beweise für die Wirksamkeit chiropraktischer Manipulation bei Ischiasschmerzen, jedoch sogar Hinweise auf einen möglichen Zusammenhang mit ernsthaften

Erkrankungen wie dem Kaudasyndrom gibt, dann kann man sie nur schwer als Therapie empfehlen.

Ischiassgymnastik – Warum es so wichtig ist, dass Sie die RICHTIGEN, zur Ursache Ihres Syndroms passenden Übungen machen

Wenn man unter Ischiasschmerzen leidet, hat man nur selten Lust auf irgendwelche Übungen oder körperliche Aktivitäten. Kein Wunder, denn der Schmerz kann heftig sein. Trotzdem sollte man in Bewegung bleiben, um die Muskeln zu lockern und zu stärken.

Die beste Methode dafür ist ein spezielles Gymnastikprogramm für Ischias-Patienten, mit Anleitung. Durch eine Kombination aus Kräftigungsübungen und Beweglichkeitstraining kann der Druck auf den Ischiasnerv reduziert werden. Es lässt sich auf diese Weise auch relativ schnell die Intensität der Schmerzen verringern.

Man sollte jedoch niemals nur einfach im Internet googeln und nach Ischias-Übungen suchen. Den Fehler machen viele – und bezahlen dafür mit einer Schmerzzunahme und längeren Rekonvaleszenzphasen. Mit ein Grund, weshalb viele Menschen durch Ischias-Gymnastik keinen Erfolg bei der Reduktion ihrer Schmerzen verbuchen können. - *The Spine Journal (2015)*.

Warum Ischiasgymnastik-Programme meist nichts bringen

Das Ischiassyndrom hat viele unterschiedliche Ursachen. Es kann durch einen Bandscheibenvorfall im Rückgrat entstehen, durch Abnutzungserscheinungen und wiederholte Verletzungen, eine Dehnung der (Ligamente) oder andere Ursachen. Passen die Gymnastikübungen nicht zum zugrundeliegenden Auslöser des Syndroms, kann es zu einer Intensivierung der Schmerzen kommen – und einer dementsprechend längeren Heilungsphase.

Ist ein übermäßiges Biegen des Rückgrats zum Beispiel die Ursache für die Ischialgie, dann können Übungen für die Lendenwirbelsäule zu einer Verschlechterung der Symptomatik führen, während dieselben Übungen durchaus einen Behandlungserfolg bewirken können, wenn starke Muskelverspannungen im Bereich des Ischiasnerv die Ursache für die Schmerzen sind.

Deshalb sollte man besonders vorsichtig sein, wenn man nach Gymnastikübungen für Ischiasschmerzen im Internet sucht. Am besten sollte man auf Übungsprogramme, die keine Unterscheidungen je Ischias-Ursache treffen, ganz VERZICHTEN. - *The Medical Clinics of North America Journal (2014)*.

Welche wirksamen Therapien für das Ischiassyndrom gibt es?

Wenn herkömmliche Behandlungsmethoden keine Besserung der Ischiasschmerzen versprechen oder sogar gefährliche Nebenwirkungen haben können, welchen Möglichkeiten gibt es dann?

Es gibt eine Reihe wirksamer Heilmethoden, die man einsetzen kann. Dazu gehören Hausmittel, die Entzündungen hemmen, spezielle

Gymnastikübungen zur Korrektur (Realignment) des Skeletts, die den Druck auf die Nerven verringern helfen, Schlaftherapien und vieles mehr. Diese Therapien haben schon Tausenden von Menschen geholfen, auf preiswerte und sichere Weise ihre Ischiasschmerzen loszuwerden.

Wenn Sie sich schon einmal mit Ischiastherapien beschäftigt haben, dann haben Sie sicher auch schon von **Ischias SOS™** gehört, dem Programm, das Ischias in nur 7 Tagen heilt.

Aber was genau ist dieses Programm? Und hält es wirklich was es verspricht und kann es die Schmerzen so schnell lindern?

Eine Zusammenfassung von Ischias SOS™

Erfunden wurde die **Ischias SOS™** Therapie von Glen Johnson, der selbst einst Ischias-Patient war und dessen Schmerzen so stark waren, dass er nicht einmal mehr einkaufen fahren konnte und hilflos seiner Frau die ganze Arbeit überlassen musste.

Nach Jahren des Leidens, in denen die Schmerzen immer schlimmer wurden – und nachdem er jede herkömmliche Therapie getestet hatte, wie zum Beispiel Medikamente und regelmäßige Besuche beim Chiropraktiker –, erkannte Glen, dass er etwas Neues ausprobieren musste.

Zu diesem Zeitpunkt lernte er durch eine Freundin der Familie eine neue Behandlungsmethode kennen. Das Heilmittel, das ursprünglich im alten Nepal erfunden worden war, brachte Glen beinahe sofortige Linderung. ***Und in nur fünf Tagen waren seine Ischiasschmerzen vollkommen verschwunden.***

In **Ischias SOS™** beschreibt Glen das komplette Heilverfahren, damit auch Sie daran teilnehmen und ähnliche Erfolge erzielen können.

Woraus besteht Ischias SOS™

Die Therapieanleitung beginnt mit einem nützlichen Abschnitt über die häufigsten Ursachen für das Ischiassyndrom. Es erlaubt Ihnen, die spezifische Ursache für IHRE Ischiasschmerzen zu identifizieren.

Das sind wichtige Informationen, denn es gibt viele Ursachen für eine Ischialgie, die jeweils unterschiedliche Behandlungsmethoden erforderlich machen. (Das ist auch ein Grund dafür, dass es keinen Sinn macht, nach allgemeinen Behandlungsmethoden im Internet zu googeln, außer man hat nichts gegen eine Verschlechterung des Ischias.)

Im Anschluss an diesen Abschnitt folgt dann der eigentliche Therapieplan. Glen führt Sie durch die Behandlungsmethoden und sagt Ihnen genau, welche in Abhängigkeit von der von Ihnen identifizierten Ursache für Sie die geeignete ist:

Das Programm bietet einfache Schritt-für-Schritt-Anleitungen und lässt sich in ein paar Minuten pro Tag absolvieren. Vom ersten Tag an werden Sie bereits eine deutliche Besserung spüren und **in nur 7 Tagen sind Ihre Schmerzen komplett verschwunden.**

Wirkt es wirklich so schnell?

Im Moment denken Sie wahrscheinlich noch, dass das Programm zwar gut *klingt*, aber... Wirkt es auch wirklich so schnell?

Ich verstehe, wenn Sie skeptisch sind. Das sind die meisten Menschen. Aber lesen Sie doch einige Geschichten früherer Anwender:

Hier ein Beispiel. Jane Eddington aus Minnesota erzählt:

„Vielen, vielen Dank, Glen! Nach 3 Monaten ohne Schlaf wegen der Schmerzen fing ich an, im Netz nach Hilfsmitteln zu suchen, die mir den Schmerz nehmen würden, denn die NSAID halfen nicht.

Als ich deine Homepage entdeckte, dachte ich zuerst, dass das zu gut klang, um wahr zu sein, aber ich habe es trotzdem probiert, weil ja auch eine Geld-zurück-Garantie vorhanden war.

Ich konnte es kaum glauben: Buchstäblich am nächsten Tag war der Schmerz weg und ich konnte nachts wieder schlafen. Du bist ein Lebensretter.“

Und noch eines, von Michael Pierce aus Irland:

„Ich kann Ihnen gar nicht genug danken, Glen!

Ich hatte jahrelang Ischiasschmerzen und habe Tausende von Dollars für alle möglichen Therapien und Medikamente verschwendet, von Epiduralinjektionen bis zu chiropraktischen Behandlungen. Die brachten immer kurz eine Linderung, aber nach ein paar Tagen kam der Schmerz wieder zurück.

Es war schon so schlimm, dass sogar das Zubinden der Schnürsenkel 10 Minuten dauerte.

*Ein Freund hat mir dann den Link zu der Facebook-Seite von **Ischias SOS** geschickt und nach kaum 5 Tagen war der Schmerz vollkommen weg und ich kann mich wieder bewegen. Einen Monat danach bin ich noch immer vollkommen schmerzfrei. Das sollte ein Pflichtprogramm für jeden mit Ischiasschmerzen sein.“*

Das ist nur eine Auswahl der Erfolgsgeschichten – auf der **Ischias SOS™** Website finden sich noch viele weitere. [Klicken Sie hier, um weiterzulesen.](#)

Wieso funktioniert Ischias SOS so gut?

Die Ischialgie ist eine schmerzhaftes Erkrankung, die sich beim Schlafen und selbst bei so einfachen Tätigkeiten wie dem Ausladen der Einkaufstaschen bemerkbar machen kann. Sie wird von der Medizin nicht ernst genommen – ein weiterer Grund für die Frustration der Betroffenen.

Glen kennt dieses Gefühl der Frustration und hat aus diesem Grund Ischias SOS entworfen. Es soll den Betroffenen helfen, rasche Linderung ihrer Schmerzen zu erhalten, ohne auf gefährliche Medikamente oder teure und langwierige Behandlungen zurückgreifen zu müssen.

Das Programm dient auch nicht dazu, die Schmerzen zu maskieren oder kurzfristig zu lindern. Das Ziel des Programms ist die vollständige HEILUNG der Ischialgie.

Und das Beste daran? Es ist 100 %ig risikofrei. Wenn es bei Ihnen funktioniert – prima! Wenn nicht, erhalten Sie von Glen dank seiner umfassenden Geld-zurück-Garantie den Kaufpreis rückerstattet – was auch immer der Grund ist (oder auch, wenn es keinen Grund gibt) dafür, dass Sie nicht überwältigt sind von der Wirkung des Programms –, *ohne irgendwelche Fragen.* Und Sie können das Buch gratis behalten!

Sie haben also wirklich nichts zu verlieren als Ihren Ischias – und zwar rasch. Worauf warten Sie noch?

Machen Sie von diesem unglaublichen Angebot jetzt sofort Gebrauch – 100 %ig risikofrei.

Sehen Sie sich das KOSTENLOSE ISCHIAS SOS™ VIDEO an
und legen Sie gleich los!

Kostenlose Präsentation enthüllt ein 2000 Jahre altes nepalesisches Geheimnis

Wie Sie Ihren Ischiase in 7 TAGEN oder weniger loswerden - GARANTIERT!

Achten Sie darauf, dass der Lautsprecher eingeschaltet ist
Bitte warten Sie bis zu 5 Sekunden, bis das Video geladen ist.



Quellen:

- Ropper, AH et al. 2015, 'Sciatica', *New England Journal of Medicine*, 13, 1240-8
- Anwar, A et al. 2015, 'Elevation of cardiovascular risk by non-steroidal anti-inflammatory drugs.' *Trends in Cardiovascular Medicine*, 14, 1050-1738
- Rubinstein, SM et al. 2012, 'Spinal manipulative therapy for acute low-back pain.', *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, 12
- Lewis, RA et al., 2015, 'Comparative clinical effectiveness of management strategies for sciatica: systematic review and network meta-analyses.', *The Spine Journal*, 15, 1461-77
- Gopal, AL et al., 2014, 'Low back pain', *The Medical Clinics of North America*, 98