

Erfahrungsbericht von Michael Weiss



Erfahrungsbericht von Michael Weiss, österreichischer Triathlon Staatsmeister, Nummer 13 der Welt und Teilnehmer am Hawaii Triathlon.

Erfahrungsbericht Michi Weiss Ausgangssituation nach dem Ironman Austria in Klagenfurt am 29.6.2014:

Linker Fuß

Nach dem Wettkampf traten Schmerzen im linken Fuß auf. Lokalisiert waren die Schmerzen an der Fußsohle, zwischen dritter und vierter Zehe. Die Symptomatik war kribbeln und „Ameisenlaufen“ (Parästhesien) im Zehenbereich. Aufgrund der Symptomatik ging ich davon aus, dass es sich um ein Morton Neurom handelt.

Noch am gleichen Tag habe ich mit dem REPULS 7 die schmerzende Stelle zu bestrahlen begonnen. Nach einer Vorbereitung im Bereich der Lendenwirbelsäule bestrahlte ich die Schmerzen 2 x täglich 15 Minuten, jeweils von der Fußsohlenseite und von der Fußrückenseite.

Rechter Fuß

Nach dem Wettkampf konnte ich fast nicht mehr gehen. Es bestanden seit längerer Zeit schon chronische Schmerzen an der Ferse fußsohlenseitig (Plantarfasziitis). Als Grund für die Schmerzen vermute ich eine 20 km Trainingseinheit auf einer 200 m Strecke in der Halle.

Dabei kam es wahrscheinlich zu einer ungleichen Belastung im Fußbereich, da der Hallenboden leicht schräg nach oben verläuft. Nach dem Wettkampf bestrahlte ich die Fußsohle in der kompletten Länge mit 15 Minuten. Bei einem persönlichen Besuch am 4.7.2014 im Relux Zentrum in Wien wurden die Bestrahlungspunkte auf die Beschwerden angepasst und auch der Grund dafür erklärt.

Es wurde mir nochmals bewusst gemacht, wie wichtig die Vorbereitung über die Wirbelsäule ist. Dadurch werden entlang des Nervenverlaufs die verschiedenen Gewebearte vorsensibilisiert und die Wirkung des Strahlers an der eigentlichen Indikationsstelle wird verbessert. Zu diesem Zeitpunkt habe ich schon eine deutliche Verbesserung am rechten Fuß festgestellt und nach dem Besuch habe ich, soweit es zeitlich möglich war, 2 x täglich ca. 1 Stunde die verschiedenen Punkte bestrahlt.

Wenn täglich 2 x über eine Stunde bestrahlt wird, mag es vielleicht lange er scheinen. Dass der REPULS Strahler mit einem Klettband am Körper befestigt werden kann, ist ein riesen Vorteil. Dadurch sind die Hände frei, können für andere Tätigkeiten verwendet werden, und es kann eine **entspannte Position bei der Bestrahlung eingenommen werden.**

Am 10. 7. 2014 war ich nach dem Ironman in Klagenfurt zum ersten Mal wieder laufen und hatte keine Schmerzen. In der Zwischenzeit habe ich auch den Auslöser für die Morton Neurom Symptomatik festgestellt. Ein Stein hat genau auf diesem Punkt einen ständigen Reiz ausgeübt. Die Bestrahlung an den empfohlenen Punkten wurde aber weiterhin durchgeführt.

Heute, 28. Juli 2014, bin ich schmerzfrei und stehe seit zwei Wochen wieder voll im Training. Nach exakt zwei Wochen aktiver Regeneration, kombiniert mit ca. 2 x täglich 1 Stunde Bestrahlung mit REPULS 7, habe ich all meine kleinen Wehwehchen erfolgreich auskuriiert.

Sowohl die durch den Wettkampf verursachte Nervenreizung im linken Fuß (Morton Neurom Symptome), als auch meine leichte Plantar fasciitis auf der rechten Ferse, sind komplett weg. Heute in 75 Tagen (am 11. Oktober 2014) ist die Ironman Weltmeisterschaft in Hawaii.

Ich bin als einziger österreichischer Profi am Start, und momentan sogar 13. in der Weltrangliste.

Mit dem Repuls Tiefenstrahler bleibe ich verletzungsfrei und beschleunige meine Regeneration, wie zuletzt nach dem Ironman Austria. Sowohl im Training, als auch rund um den Wettkampf, egal ob in Österreich oder auf Hawaii: Immer und überall kann ich selbstständig innerhalb weniger Minuten meinen sportlichen Zielen näher kommen.