



Thai Massage gegen den Dämon im Kopf

Dieser Bericht handelt davon, wie sich eine kleine, sehr gepflegte aber eher unscheinbare Thai Massage, die sich weder durch eine luxuriöse Inneneinrichtung noch durch eine bekannte Adresslage auszeichnet, in einer bedeutenden Großstadt wie Düsseldorf mit über 50 konkurrierenden Studios eine herausragende Position erarbeiten kann. Die Rede ist von **Lilawadee Thai Massage** im Düsseldorfer Süden, im Sommer 2013 von **Aran Singkong** (45) aus Roi Et, die seit 2001 in

Der Einzugsbereich geht weit darüber hinaus und umfasst Ärzte, Therapeuten und Patienten der nahe gelegenen Uniklinik, Gäste aus ganz Düsseldorf aber auch aus benachbarten Städten wie Wuppertal und Leverkusen. Und das liegt an der Mundpropaganda eines Teiles ihrer Gäste, die untereinander bestens vernetzt sind und intensiv Erfahrungen und Strategien im Umgang mit der sie verbindenden Krankheit austauschen: Migräne-Patientinnen.

schmerz hält, kann nicht nachvollziehen, dass die Erkrankung Menschen in Verzweiflung und Einsamkeit führen und in private und berufliche Ausnahmesituationen bringen kann. In der Frühzeit der Medizingeschichte wurde Migränekranken die Schädeldecke chirurgisch geöffnet, damit Dämonen und böse Geister entweichen können. Heute werden in Deutschland jährlich etwa 500 Mio. Euro als direkte Kosten von Patienten und Krankenversicherungen für die ärztliche



Deutschland lebt, eröffnet.

Der Düsseldorfer Stadtteil Wersten, wo die Massage in einer früher florierenden Geschäftsstraße liegt, die aber heute auch von vielen Leerständen geprägt ist – ein traditionelles Arbeiter-Wohnviertel mit rund 26.000 Einwohnern und einem relativ hohen Ausländeranteil. Die Kunden der Thai Massage stammen aber nur zu einem Teil aus dem Stadtteil selber.

Für zahlreiche Migräne-Patientinnen aus der Region hat sich die kleine Thai Massage, in der die Inhaberin von nur zwei angestellten Masseurinnen unterstützt wird, zu einem Mekka entwickelt, das ihnen Linderung und Prävention gegen ihre nervende und zermürbende Erkrankung bietet.

Wer noch keine Migräne erlebt hat und diese nur für einen starken Kopf-

und medikamentöse Behandlung der Migräne ausgegeben. Die durch Arbeitsausfall und Produktivitätseinschränkungen zusätzlich entstehenden indirekten Kosten werden auf über das Zehnfache dieser Summe geschätzt.

Unter Migräne leiden rund 10% der deutschen Bevölkerung, etwa dreimal so viele Frauen wie Männer. Wer sich etwas mit Migräne auskennt, weiß von unter-

schiedlichen Ausprägungen (mit/ohne Aura) und Verlaufsstadien ("Phasen"). Von letzteren sind besonders die Vorbotenphase und – falls auftretend – die Migräneaura für das richtige Timing von Massagen wichtig, während in eine akute Kopfschmerzphase hinein seltener massiert wird. Mehr als die Hälfte aller weiblichen Migränepatienten gibt den Menstruationszyklus als Auslöser an. In diesen Fällen kann die Anwendung von Massagen in der Zeit zwischen Eisprung und nächster Menstruation und der einnahmefreien Zeit von hormonellen Verhütungsmitteln konzentriert werden. Wie bei manchen anderen Krankheiten muß man vorweg die Einschränkung machen, und Aran weist in vielen Gesprächen darauf hin, dass es keine kontrollierte wissenschaftliche Studie gibt, die die Wirksamkeit von Thaimassage bei Migräne belegt. Aber es gibt hunderte, weltweit sogar tausende von Erfahrungsberichten im Internet, die keinen Zweifel daran lassen, dass Massage für einige (keinesfalls alle) Migränepatienten eine wirksame Prophylaxe und/oder Therapie ist. Und liest man im Internet-Gästebuch von Lilawadee oder in den beeindruckenden Bewertungen auf Kundenportalen wie Trip Advisor, dann ist offenkundig, dass diese Häufung von positiven Erfahrungsberichten kein Zufall sein kann.

Die Motivation, den eingeschlagenen Weg trotz der Mühe immer neuer Weiterbildungen weiter zu gehen, zieht die agile Thailänderin, die vor ihrer Massagekarriere als Hausdame im Mövenpick-Hotel in Essen gearbeitet hat, nicht nur aus dem positiven Feedback der Kunden, sondern auch von ihrem Lebenspartner, der ebenfalls Migränepatient ist. Aran erläutert offenherzig ihre Arbeitsweise, die auf der Ausbildung im Wat Pho und einer langjährigen Spezialisierung auf Kunden mit regelmäßigen Kopfschmerzen und Migräne beruht. "Prinzipiell kann jede Massage, die entspannt, bei Migräne hel-



auch der Thai Spa Vereinigung Deutschland e.V. angehört, kennt und beachtet natürlich die Einschränkungen des Heilpraktikergesetzes, denen sie bei ihrer Berufsausübung unterliegt. "Ich führe niemals eine Schmerz- oder Heilbehandlung durch. Der Wunsch meiner Kundinnen besteht darin, die Zeiträume zwischen den Migräne-Schüben zu vergrößern und möglichst lange ohne Schmerzen zu sein."

sonders Apfelrotkohl mit Klößen). Und offenkundig gelingt es ihr damit, bei ihren Kundinnen einen Prozeß der Veränderung und Selbstheilung auszulösen, dem viele die Rückkehr in einen "normalen" Alltag ohne migränebedingte (Arbeits-) Ausfälle verdanken.

Die Kundin Lara aus Düsseldorf beschreibt ihre Erfahrung so: "Ich habe schon ziemlich viel ausprobiert. Anfangs konnte man mir immer helfen, aber dann hat die Wirkung schnell nachgelassen. Frau Singkong und ihr Team schafft es, mir seit über 1 1/2 Jahren dauerhaft zu helfen. Was für mich bedeutet, dass ich ohne Schmerztabletten auskomme." Einen Einblick in die Arbeit bei Lilawadee gewährt auch Kundin Yvonne, der es wichtig ist, sich in geschulten Händen gut aufgehoben zu fühlen. "Auch wenn es sprachliche Barrieren gibt, steht am Anfang jeder Behandlung eine manuelle Anamneseerhebung, die der Masseurin den aktuellen Stand und Fortschritt aufzeigt und anhand derer sie den Schwerpunkt der Massage bestimmt."

Mario Mensing

Lilawadee Thai-Massage
Kölner Landstraße 208
40591 Düsseldorf
Tel. 0211 / 98 966 966
Internet: www.lilawadee.de



fen. Ich setze auf eine spürbare Entspannung des Kopfbereiches, besonders der Gesichtsmuskeln. Und ich bearbeite relevante Akupressur-Punkte, zum Beispiel an den Unterarmen mittig und seitlich, oberhalb der äußeren Fußknöchel, oberhalb der Zehen und seitlich am Kopf. Welche und wie lange entscheide ich aus meiner Intuition."

Aran, die seit Beginn ihrer Tätigkeit

Wenn Kundinnen dennoch von ihren "heilenden Händen" sprechen, dann weist sie das bescheiden zurück. Es ist in ihren Augen eher ein energetischer Prozeß, der zwischen Behandlerin und Kundin stattfindet. Sie schöpft ihre eigene Kraft aus der Religion, aus dem Yoga, aus dem Jogging und dem häufigen Aufenthalt in der Natur – und, wie sie lachend ergänzt, aus dem geliebten deutschen Essen (be-