



Osteopathie

Heilen mit den Händen

Eine besonders interessante und sanfte Naturheilmethode ist die Osteopathie. Sie beruht auf der Überlegung, dass ein Mensch auf Dauer krank wird, wenn Muskeln, Gelenke oder andere Körpergewebe blockiert und dadurch unbeweglich sind.

Leben ist Bewegung! Diese Erkenntnis brachte den Amerikaner Andrew Taylor-Still vor etwa 120 Jahren auf eine außergewöhnliche Methode zur Behandlung vieler Krankheiten: die Osteopathie. Der Begriff setzt sich zusammen aus den Worten Osteon (der Knochen) und Pathos (die Krankheit). Der Osteopath versucht über den Knochen und das Bindegewebe eines Patienten dessen Krankheit zu heilen. Still war Arzt und suchte nach einem neuen Verständnis von Gesundheit, von Krankheit, vom menschlichen Körper und von dem, was Medizin sein sollte. Seine Einsichten bilden bis heute das Fundament der osteopathischen Medizin, die den Organismus als Einheit betrachtet.

Unbewusste Bewegung

Viele unserer Bewegungen sind uns nicht bewusst. Hierzu zählen zum Beispiel der Herzschlag, der pulsierende Blutstrom, die Atembewegung, aber auch die unwillkürliche Arbeit unserer Verdauungsorgane, die Strömung der Körperflüssigkeiten und schließlich Bewegungen von Muskulatur, Gelenken, Sehnen und Bindegewebe.

Sind die Bewegungen einzelner Körperstrukturen eingeschränkt, so wird deren Funktion gestört. Nicht immer nehmen wir dabei Schmerzen oder andere Beschwerden wahr. Unser Organismus ist nämlich sehr anpassungsfähig und kann manche dieser Störungen wie Fehlhaltungen, stressbedingte Verspannungen oder auch Verletzungen über eine lange Zeit ausgleichen. Oft wird hierbei die eingeschränkte Funktion von anderen Körperstrukturen übernommen.



Das führt dazu, dass sich Funktionsstörungen verlagern können und sich auf andere Bereiche des Körpers auswirken. Wenn aber schließlich diese Ausgleichsfähigkeit des Körpers erschöpft ist, genügt oftmals schon ein kleiner Einfluss, um verhältnismäßig starke Reaktionen hervorzubringen. Diese zeigen sich dann oft an einer ganz anderen Stelle des Körpers. Beispielsweise kann ein Luftzug oder eine ungeschickte Bewegung einen Hexenschuss provozieren oder einen steifen Nacken.

Störungen werden ertastet

Oft liegt die Lösung für diese Beschwerden nicht dort wo Schmerzen auftreten, sondern an ganz anderen Stellen. Hier setzt die Aufgabe des Osteopathen an. Dabei müssen wir den Begriff „Behandlung“ absolut wörtlich nehmen, denn der Osteopath benutzt nur seine Hände zur Diagnose und Therapie.

Mit seinen sensiblen und geschulten Händen kann der Osteopath diese Funktionsbeeinträchtigungen ertasten, die sich ihm in Form von Bewegungseinschränkungen zeigen, die er mit seinen Händen löst und so dem Körper hilft, Funktionsstörungen zu beheben. Diese behutsamen





Behandlungen sind keine Schnellverfahren. Für eine Behandlung setzen wir eine Stunde an.

Durch die Wiederherstellung der Bewegungsfähigkeit unterstützt er die Selbstheilungsfähigkeit, die helfen kann, die gestörte Gesamtstruktur zu ihrer normalen Funktion zurückzuführen. Im Gegensatz zur herkömmlichen Chirotherapie werden in der Osteopathie ausschließlich sanfte Behandlungsverfahren eingesetzt. Von daher besteht bei sachgemäßer Anwendung auch kein Risiko.

Für den Osteopathen findet Bewegung nicht nur im Bewegungsapparat, sondern im gesamten Körper statt, also auch zwischen den inneren Organen. Hierbei unterscheiden die Osteopathen drei große Systeme:

- das erste umfasst alle Knochen, Gelenke, Sehnen, die Muskulatur, Bänder, Kapseln sowie das periphere Nervensystem, dann Arterien, Venen und Lymphgefäße
- das zweite schließt die Organe des Brust- und Bauchraumes und des kleinen Beckens ein
- zum dritten System gehören alle Strukturen des Nervensystems, das seinen Sitz im Gehirn und im Rückenmark hat. Es ist von den Hirn- und Rückenmarkshäuten umgeben, die an den Schädelknochen und der Wirbelsäule ansetzen.

Immer wieder Schmerzen?

Das folgende Beispiel soll zeigen, welche komplizierten Verbindungen in unserem Körper Schmerzen oder Verspannungen auslösen können.

Bei einem Patienten, der an ständigen Kopfschmerzen leidet, findet der Therapeut eine stark verspannte Nackenmuskulatur und einen in Fehlstellung blockierten ersten Halswirbel. Beschränkt er seine Behandlung nur auf den Kopf oder nur auf den Bereich des Nackens ist er möglicherweise in der Lage, diesen Bewegungsverlust wieder aufzuheben, eventuell verschwinden auch die Kopfschmerzen. Aber oft ist es so, dass nach einigen Tagen das Problem wieder auftaucht.

Eine umfassende Untersuchung durch den Osteopathen kann möglicherweise zum Vorschein bringen, dass ein Verlust der Beweglichkeit im Bereich des Sprunggelenkes als Folge einer Verletzung oder eines Umknickens vor einigen Jahren zu finden ist. Dadurch veränderte sich die Stellung des Wadenbeins. Das zog eine Veränderung der Stellung des Darmbeins nach sich und beeinflusste auch die Stellung der Wirbelsäule, was natürlich Auswirkungen auf die Muskulatur des Rückens hatte.

Daraus folgt: nur wenn hier der Osteopath bei der Behandlung des Sprunggelenks ansetzt, werden auf Dauer die damit verbundenen Nackenverspannungen und Kopfschmerzen verschwinden.

Wann hilft Osteopathie?

Man kann die Osteopathie grundsätzlich bei allen Funktionsstörungen des Körpers einsetzen, selbst wenn diese schon über einen längeren Zeitraum bestehen. Es gibt keine Altersbeschränkungen, denn jedes lebende Gewebe kann osteopathisch behandelt werden. Oft wird diese Behandlung eingesetzt bei chronischen Verspannungen und Verletzungen des Skeletts sowie der dazugehörigen Muskeln und Bänder. Typische Behandlungsfälle sind beispielsweise Schmerzen der Schulter und des Nackens, der Lendenwirbelsäule, Unfallfolgen und Probleme mit dem Kiefergelenk. Aber auch Ohrgeräusche (Tinnitus), Verdauungsprobleme, Inkontinenz und Regelschmerzen sprechen oft gut auf eine solche Behandlung an.

Begleitend zur Osteopathie sind die energetischen Verfahren der Chinesischen Medizin wie Akupunktur und TUINA-Therapie besonders geeignet.

Bitte sprechen Sie Ihren Therapeuten bei Interesse darauf an.

