

Osteopathie

Was ist eigentlich Osteopathie?

Osteopathie ist eine rein manuelle Medizin. Das heißt, die Werkzeuge des Therapeuten sind ausschließlich seine Hände. Mit ihnen tastet er Schmerz, fühlt, streichelt, übt sanften Druck aus, lockert und löst Blockaden.

Der menschliche Organismus gleicht einem großen Uhrwerk mit zahllosen Zahnrädern, die alle ineinander greifen und in der Gesamtheit funktionieren. Hakt es an einer Stelle, führt das zu Komplikationen im gesamten System. Der Mensch reagiert mit Schmerzen, die sich falsch oder nicht behandelt häufig in chronische Beschwerden umwandeln. Mit einem speziellen naturheilkundlichen Heilverfahren - der sogenannten Osteopathie - kann oft geholfen werden.

Leben ist Bewegung

Mit den Händen tastet der Therapeut den Schmerz und rückt vorsichtig zurecht, wo ein Wirbel, ein Nerv, ein Gelenk blockiert, ein Organ verspannt ist, Muskeln verkrampft und damit in ihrer Beweglichkeit eingeschränkt sind. Die Grundüberzeugung der Osteopathen ist nämlich, dass alles Leben Bewegung ist, was sich bis in die kleinste Zelle des menschlichen Organismus erstreckt. Starre Verbindungen gibt es im menschlichen Körper nicht. Tatsächlich ist unser Organismus in all seinen Teilen beweglich. Und das nicht nur in den Gelenken, sondern auch dort, wo innere Organe aneinander grenzen. Ist die Bewegungsfreiheit irgendwo an diesen Berührstellen gestört, was durch eine

Entzündung oder eine Verspannung der Fall sein kann, sind Schmerzen oder gar Krankheiten vorprogrammiert.

Das Ziel der Osteopathie ist es, die Beweglichkeit zu erhalten oder wieder herzustellen. Sie gliedert sich in drei Teilgebiete:

1. Die Gesamtheit der Gelenke und Knochen (osteoartikulärer Bereich).
2. Die inneren Organe und deren Zusammenhänge zum Gesamtorganismus (visceraler Bereich)
3. Die Verbindung zwischen Schädel- und Kreuzbein (cranio-sacraler Bereich)

Der Begründer der Osteopathie, der amerikanische Arzt Dr. Andrew Taylor Still, entwickelte die Methode schon vor über 100 Jahren. Dr. Still war zu seiner Zeit mit den medizinischen Kenntnissen und Methoden nicht einverstanden. Seine Überzeugung lautete, " dass Gott den Menschen so gut geschaffen hatte, dass man weder etwas hinzufügen, noch etwas wegzunehmen bräuchte".

Still hielt es für besser, in genauer Kenntnis der Anatomie und Physiologie des Körpers mit dem Patienten zu arbeiten und dem Organismus lediglich Anstöße zur

Anregung der inneren Heilkraft zu geben, wobei der Therapeut sich als eine Art Mechaniker versteht, der das komplizierte Uhrwerk, den menschlichen Organismus wartet, aber selbst nicht tiefgreifend eingreift. Die Selbstheilungskräfte des Körpers erledigen die eigentliche Arbeit. Spritzen und Medikamente gibt es beim Osteopathen deshalb nicht.

Ursachen ergründen

Nicht nur die akuten Beschwerden gilt es also mit Hilfe der Osteopathie zu beheben, sondern die Ursachen auf den Grund zu gehen. Symptome entwickeln sich dann, wenn der Organismus nicht mehr in der Lage ist, die Gesamtheit der vielen einzelnen Störungen (die Osteopathen sprechen von Dysfunktionen) zu beheben. Am schwächsten Glied in der Kette kommt es dann zum Problem, zur Krankheit oder zum akuten Schmerz. Dabei geht der Organismus ganz hierarchisch vor, das heißt lebenswichtige Bereiche und innere Organe müssen mit höchster Priorität geschützt werden. Dazu gehören Atmung, Herz und Kreislauf, Fortpflanzung, Verdauung und Ausscheidung. Dabei versteht sich die Osteopathie nicht als Notfallmedizin, und kann die schulmedizinische Behandlung nicht grundsätzlich ersetzen.

Viele Haltungsveränderungen oder Schmerzen sind im wahrsten Sinne des Wortes nur "vorgeschoben", um lebenswichtige Bereiche zu schützen. Dazu gehören zum Beispiel Kopfschmerzen oder Rückenschmerzen. Sie können osteopathisch ebenso behandelt werden wie Schiefhals, Hexenschuss und Sportunfälle oder chronische Gelenkerkrankungen. Aber auch bei Hörsturz und daraus folgenden Ohrgeräuschen (Tinnitus), Verdauungsstörungen, Blasenschwäche, Heuschnupfen oder Asthma, Kreislaufschwierigkeiten und Menstruationsschmerzen, Nervosität, Schlaf- und Konzentrationsstörungen,

Zähneknirschen und Schweißausbrüchen helfen die gekonnten Grifftechniken oftmals.

Leidet der Patient unter immer wiederkehrenden Nasennebenhöhlen- und Stirnhöhlenvereiterungen, prüft der Osteopath, ob die betroffenen Bereiche ausreichend gut belüftet, oder ob die Abflusswege sowohl der Venen und Arterien, aber auch der Lymphe behindert sind. Er untersucht außerdem die Halswirbelsäule, den Brustkorb und das Zwerchfell, die alle mit den Beschwerden zu tun haben können. Sogar Blähungen im Dickdarm können zu Problemen im Bereich der Atemwege führen. Dies gilt es dann zu beheben.

Die erste Therapie beginnt denn auch mit einer genauen Untersuchung des Patienten: Wie steht, geht und sitzt er? Wie hält er sich? Dann wird der Körper abgetastet: Wie beweglich sind die Gelenke? Was kann die eine Körperseite, die andere dagegen nicht?

Eine Stunde dauert die Behandlung, und zuweilen genügen einige Sitzungen. Die Kosten für eine osteopathische Behandlung (etwa 30 bis 60 Euro) werden nicht von gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Auszug aus Artikel von Ulrich Rückert in Ausgabe April 2000 Reformhaus KURIER