

## Manuelle Therapien, Osteopathie, Chiropraktik

Die manuelle Therapie befasst sich mit speziellen diagnostischen und therapeutischen Verfahren, die der Auffindung und Behandlung von reversiblen Funktionsstörungen am Bewegungsapparat sind. Es handelt sich hierbei um spezielle Grifftechniken, die dazu dienen, eine Bewegungsstörung im Bereich der Extremitätengelenke oder der Wirbelsäule zu lokalisieren und zu analysieren. Danach erfolgt die Diagnose und die sanfte Mobilisation und Dehnung oder Traktions- oder Entspannungstechniken. Die Handgriffe werden sowohl zur Schmerzlinderung als auch zur Mobilisation von Bewegungseinschränkungen eingesetzt, wenn diese durch Funktionsstörungen der Muskulatur oder des Gelenks hervorgerufen werden.

Osteopathie (=Knochen und Leiden) wurde 1874 vom amerikanischen Arzt A. T. Still entwickelt. („Die Rolle der Arterie ist essentiell, der Körper ist eine Funktionseinheit, die Funktion bestimmt die Körperstruktur und umgekehrt, der Körper besitzt die Fähigkeit zur Selbstregulierung“). Sie ist eine Form der ganzheitlichen manuellen Medizin, bei der man ebenfalls mit den Händen Funktionsstörungen diagnostiziert und behandelt. Sie basiert auf dem Prinzip „Leben ist Bewegung“ – alle Gewebe im Körper müssen frei beweglich sein, damit das Ganze funktioniert. Ist dies nicht der Fall, kann der gesunde Organismus nicht mehr kompensieren und es kommt zu ersten Symptomen, z. B. Nacken-, Kopf- und Rückenschmerzen oder Verspannungen bei Bewegungsstörungen der Wirbelsäule, Sodbrennen, Völlegefühl bei einer Einschränkung des Magens, Menstruationsproblemen und Verstopfung bei einer Einschränkung des Beckens, Schwindel, Tinnitus bei Bewegungsverlusten des Schädels usw. Über lange Zeit – zum Teil Monate und Jahre – zeigen sich diese Störungen nur durch mehr oder weniger diffuse, oft im Labor oder Röntgen noch nicht erfassbare Zeichen, so dass der Patient oft nicht richtig ernst genommen wird. Kann der Körper sich jedoch nicht mehr ausreichend verteidigen, werden aus diesen Funktionsstörungen tatsächliche Erkrankungen, z. B. Magengeschwür, Bandscheibenvorfall ect., also können Störungen der Faszien und Gelenke auch Symptome an anderen Organen und Körperregionen auslösen. Durch geeignete Grifftechniken können daher auch Probleme, wie Bluthochdruck und Kopfschmerzen gelindert werden.

Chiropraktik: Diese begann vor über 100 Jahren, als D.D. Palmer seine chiropraktische Theorie der Krankheitsentstehung herausbrachte, indem er die Funktion des Nervensystems mit der Funktion der Wirbelsäule in Zusammenhang brachte die Funktion der Wirbelsäule bestimmt die Funktion des Nervensystems, das wiederum bestimmt die Funktionen des Körpers. Seitdem ist die Chiropraktik ein Grundbaustein zur Behebung von Funktionsstörungen des Wirbelsäulengefüges und wirksame Therapie zahlreicher gesundheitlicher Beschwerden und krankhafter Vorgänge. Die Chiropraktik ist eine Alternative oder eine Ergänzung zu den medikamentösen und chirurgischen Behandlungen. Beschwerden, die mit Chiropraktik behandelt werden, haben oft verschiedene, zusammenhängende Ursachen. Zuerst werden die Funktionen des Bewegungsapparates neuro-muskuläres System: Nerven, Muskeln, Knochen, Gelenke) beurteilt. Röntgenbilder sind daher auch eine wichtige Ergänzung bzw. radiologische Untersuchungen wie CT, MRT, Szintigramm). Das momentane Beschwerdebild und die objektiven Befunde werden bei jeder Konsultation neu beurteilt. Die Wahl der Behandlungstechnik wird während der Behandlungsdauer kontinuierlich beobachtet und ausgewählt. Diagnose und Behandlung bilden so einen dynamischen Prozeß. Behandlungen der Wirbelsäule haben nicht nur die Normalisierung der Gelenkfunktion zum Ziel, sondern auch eine reflektorische Wirkung auf das benachbarte Gewebe Muskeln, Sehnen, Nervensystem, Organe). Kräftigungs-, Stabilisierungs- und Dehnübungen sind ein wichtiger teil der Behandlung von Patienten mit Schmerzsyndromen und Belastungsschäden, der Patient erhält individuelle Instruktionen für kräftigende Übungen, Konditionstraining und Dehnungs- und Entspannungsübungen.

Wirbelsäulenthherapie nach Dorn-Breuß: Die Dorn-Methode ist eine vom Allgäuer Heilkundler D. Dorn entwickelte komplementärmedizinische manuelle Methode, die auch Elemente der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) einbezieht. Bewegungsmangel und Fehlbelastungen führen zu Fehlstellungen der einzelnen Wirbelkörper und des Beckens und sind die Ursache der meisten Rückenprobleme. In der Dorn-Therapie werden verschobene Wirbel ertastet und mit gezieltem Druck zusammen mit einer Eigenbewegung des Patienten wieder in die richtige Position gebracht. Die Technik ist sehr wirksam, denn sie nimmt über die Wirbelkorrektur die Reflexzonen-Effekte auf die Organe, die Meridiane und die Psyche mit. Anwendungsgebiete: Ischalgien, HWS-, BWS-, LWS-Syndrom, Hände zittern, eingeschlafene Extremitäten, Migräne, Tinnitus, Skoliosen, einzelne Wirbelblockierungen, Beinlängenunterschiede ect. Die spezielle Massagetechnik nach Breuß ist eine äußerst sanfte Behandlung, die gleichzeitig seelische und körperliche Verspannungen löst. Durch vorsichtiges Dehnen der Zwischenwirbelscheiben und die Massage mit Johanniskrautöl wird die Regeneration der unterversorgten Bandscheiben eingeleitet.

Nervenzpunktmassagen gibt es seit dem Mediziner A. Cornelius, welcher im 19. Jahrhundert die Nervenzpunkte und ihre Behandlungsmöglichkeiten erforschte und eine entsprechende Therapie entwickelte. Die Reizung bestimmter Druckpunkte ist Ursache für bestimmte Krankheiten und eine Heilung wird durch die Behandlung genau dieser Punkte eingeleitet. Es gibt dabei mittlerweile verschiedene Ansätze, z. B. auch die asiatische Nervenzpunktmassage. Die Nervenzpunkte leiten die durch die Massage empfangenen Reize an die Rezeptoren in der Haut, an den Muskeln, im Gelenk- oder Knochenapparat und auch in den Organbereich weiter. Die empfangenen Impulse bewirken eine Linderung der Symptome bzw. eine Heilung der Beschwerden. Es wird vorwiegend bei Kopfschmerzen, Lähmungserscheinungen, Hexenschuß, Nervenzleitungsstörungen oder postoperativen Sensibilitätsstörungen eingesetzt.