

# osteopathie

## Eine manuelle Therapie, die auf den ganzen Menschen wirkt

Eines vorweg, der Begriff **OSTEOPATHIE** ist etwas irreführend und es handelt sich nicht um eine Knochenkrankheit. Der Ursprung des Wortes geht vielmehr zurück auf die Begriffe *osteon* (Knochen) und *pathos*.

Letzteres ist nicht immer so eindeutig zu definieren und man sollte es eher in Bezug zu dem Wort *sym - pathie* setzen. Im weiteren Sinne also *der Einfluss des Skeletts in Relation zur Krankheit*.

Die **osteopathische Medizin** dient der Früherkennung und Behandlung von Funktionsstörungen des Skelettsystems und innerer Organe. Wichtigste Grundlagen sind die genaue Kenntnis von Anatomie und Physiologie (der Abläufe im Körper). Man macht diese zur Basis eines genauen palpatorischen Befundes, d.h. durch Ertasten. Diagnose und Therapie erfolgen also mit spezifischen osteopathischen Techniken, die mit den Händen (manuell) ausgeführt werden.

### **Osteopathische Grundprinzipien :**

- 1. Die Einheit des menschlichen Körpers:** der menschliche Organismus entwickelt ständige Wechselwirkungen mit der Umgebung. Diese Einheit besteht im physischen und psychischen Funktionieren, sowohl während Krankheits- als auch Gesundheitsphasen.
- 2. Die wechselseitige Abhängigkeit von Struktur und Funktion:** z. B. ist die Struktur von Knochen bestimmend für die Stützfunktion, die Struktur des Darmgewebes für Aufnahme von Stoffen etc... Verändert sich einer dieser beiden Parameter, hat dies ein Verlust von Bewegung / Beweglichkeit zur Folge.
- 3. Die Fähigkeit des Körpers sich selbst zu regulieren:** durch ein komplexes Gleichgewichtssystem strebt der Körper Selbstregulierung und Selbstheilung gegenüber dem Krankheitsprozess an. Er ist in der Lage bis zu einer bestimmten Grenze sich selbst zu heilen oder sich anzupassen.
- 4. Ein abnormer Druck oder Spannung im Körper produzieren einen anormalen Druck und Spannungsphänomene in einem anderen Teil des Körpers.** z.B. ein Absinken innerer Organe (Ptose) kompensiert der Körper durch vermehrte Einlagerung von Gasen in bestimmten Teilen des Verdauungstraktes (Der Patient verspürt nach der Nahrungsaufnahme ein eher unnatürliches Gefühl aufgebläht und gesättigt zu sein).

# osteopathie

## Die Geschichte der Osteopathie

**Dr. Andrew Taylor Still –  
neue Therapieansätze in der Neuen Welt :**

Der amerikanische Arzt **Dr. Andrew T. Still** (1828 – 1917) begründete in der letzten Hälfte des vorigen Jahrhunderts die Osteopathie.

Aufgrund persönlicher Schicksalsschläge, stellte er die Techniken und Vorgehensweisen der damaligen Medizin in Frage und suchte deshalb nach einem neuen Verständnis für Gesundheit, Krankheit, den menschlichen Körper und nach dem, was Medizin sein sollte. Seine grundlegenden Einsichten bilden bis heute das Fundament der osteopathischen Medizin.

Eine der wichtigsten Grundlagen des Lebens ist Bewegung / Beweglichkeit. Bei seinen Patienten konnte er regelmäßige Einschränkungen der örtlich betroffenen Gewebe, z.B. der Lungenbeweglichkeit bei Lungenentzündung, ertasten.

Bei all seinen Patienten war es ihm so möglich, zu den jeweiligen Erkrankungen, passende Bewegungseinschränkungen betroffener Gewebe und des Knochenapparates zu ertasten.

Er hielt es für besser, anhand gründlicher Kenntnisse von Anatomie und Physiologie mit dem Patienten zu arbeiten und dem Organismus durch Verbessern der Durchblutung und des lymphatischen und venösen Abtransports von Stoffwechselprodukten eine Selbstheilung zu ermöglichen.

1892 kommt es in Missouri zur Gründung der ersten „american school of osteopathie“.

## Die Osteopathie in Deutschland

Ein Student dieser Hochschule, Martin Littlejohn, gründet 1917 die erste Hochschule in London. 1957 folgt Frankreich und seit 1989 ist die Osteopathie in Deutschland.

Heute ist die Osteopathie ein fester Bestandteil im amerikanischen und europäischen Gesundheitssystem und eine allgemein anerkannte und bewährte Form der Medizin. Die Ausbildung zum Osteopathen erfolgt in einem langen, berufsbegleitendem Studium (5–7 Jahre, mit Jahresprüfungen und abschließender internationaler Prüfung). Außerdem werden Teilbereiche der Osteopathie zur Ausbildung angeboten (besonders im ramosacralen Bereich). Qualität und Art der Ausbildung können also sehr unterschiedlich sein.

## Osteopathie – wie sie funktioniert

Unser Körper stimmt alle lebenswichtigen Funktionen in ständiger Bewegung miteinander ab. Ein Großteil dieser Mobilität ist uns selten bewusst.

Hierzu zählen: Der pulsierende Blutstrom, die rhythmische Atembewegung, die unwillkürliche Arbeit unserer Verdauungsorgane, die Strömung der Körperflüssigkeiten und schließlich die Bewegung der Muskulatur, Sehnen, Gelenke und Bindegewebe.

Wird die Bewegung einzelner Körperstrukturen eingeschränkt, so beeinflusst das deren Funktion. Ist die Funktion einer Struktur gestört, zeigt sich dies in einer veränderten Beweglichkeit.

Nicht immer signalisiert uns der Körper eine Funktionsstörung durch Schmerzen oder andere Beschwerden. Unser Organismus ist sehr anpassungsfähig und kann manche Störung, wie Fehlhaltung, stressbedingte Verspannung, Verletzungen oder Allergien lange Zeit ausgleichen.

Dabei wird die eingeschränkte Funktion von anderen Strukturen übernommen.

So verlagern sich die Funktionsstörungen auf andere Bereiche des Körpers und es ist die Ursache nicht immer da zu finden, wo sich auch Symptome zeigen.

Ist aber die Ausgleichsfähigkeit des Körpers erschöpft, dann genügt oft schon ein kleiner physischer oder psychischer Einfluss um starke Reaktionen hervorzurufen. Viele kleine Einschränkungen, die man gar nicht so oft in Zusammenhang bringt, summieren sich und bringen das Fass zum Überlaufen. Der Beginn einer Krankheit oder auch von Symptomen ist also immer das Ende einer langen Kette von Versuchen des Organismus seine bestmögliche Funktion zu erhalten und bestehende Einschränkungen gleich welcher Art (Blockaden, ungünstige Ernährung), möglichst ökonomisch zu kompensieren.

Dabei ist es wichtig, dass eine bestimmte Art von Hierarchie in diesem Kompensationsmechanismus vorgenommen wird. Der Körper schützt lebenswichtige Organe (Herz, Leber, Darm) mit einer höheren Priorität als den Bewegungsapparat. Schmerzen in diesem Bereich ist oft nur Ausdruck eines Schutzes dieser vitalen Bereiche.

Die Feststellung dieser Bewegungseinschränkung setzt intensives Training des Tastvermögens voraus.

Mit differenzierten Techniken wird die Beweglichkeit während der Behandlung verbessert und damit versucht, die Funktionsstörung aufzuheben.

Der Therapeut leistet somit Hilfe zur Selbstheilung, denn durch die wiederhergestellte Beweglichkeit befreit er die Selbstheilungskräfte, die so der gestörten Struktur zur normalen Funktion verhelfen.

## Die 4 Teilgebiete der Osteopathie

### - 1 - Osteopathie im parietalen / osteoartikulären Bereich

Dieser Bereich beschäftigt sich mit Fehlfunktionen der Gelenke unter Beachtung neuromuskulärer Zusammenhänge, also der Steuerung durch das zentrale Nervensystem und auf der Ebene der Reflexe.

Er umfasst den ganzen Bewegungsapparat und wird durch die Muskulatur, Bänder und Kapseln gleichzeitig in Bewegung gesetzt und zusammengehalten.

Bewegungsstörungen im knöchernen Bereich beeinflussen nicht nur das Muskel- und Faszien-system; auch das Nervensystem leidet darunter und die Nerven werden an ihrem reibungslosen Zusammenspiel gehindert.

Die daraus resultierenden Folgen betreffen immer den ganzen Körper. Oft entstehen Schonhaltungen, die zur Veränderung der Körperstatik führen und dann erneute Beschwerden auslösen können. Der Osteopath diagnostiziert vorhandene Verspannungen und Blockaden und löst diese mit gezielten Techniken.

Wenn ein Gelenk in seiner Beweglichkeit verbessert wird, werden sich daraufhin auch alle anderen Bereiche des Körpers neu einstellen. Eine Reaktion für den Patienten ist durchaus möglich und gewünscht, denn dadurch wird die Kompensationsmöglichkeit des Körpers verbessert und schon eingetretene Kompensationsverluste mit Symptomen werden gelöst.

Ein Beispiel soll dies verdeutlichen:

Ein Patient klagt immer wieder über Schmerzen im unteren Rücken bis zur Hüfte. Krankengymnastik, manualtherapeutische Behandlung des Kreuz-Darmbeingelenks und Spritzen helfen nur kurzfristig, die Schmerzen kommen immer wieder und steigern sich bei Belastung. Es liegt eine altersentsprechende Veränderung der Wirbelsäule ohne Bandscheibenbeteiligung vor. Die osteopathische Untersuchung ergibt eine Fehlstellung des Fußes durch wiederholtes Umknicken beim Sport. Die Beweglichkeit des Fußes ist eingeschränkt und erfordert kompensatorische Spannung im Muskel - Gelenksystem. Diese Kompensationen zwingen umliegende Gelenke (Hüfte, Darmbein, Lendenwirbelsäule) in eine unphysiologische Haltung. Die primäre Ursache ist also nicht der Rücken, sondern ist in der Fehlstellung des Fußes zu sehen. Es gibt viele Beispiele dieser Ursache-Folge-Kette; in der Praxis aber oft anzutreffen als Ausdruck der Kompensationsfähigkeit unseres Körpers.

Typische Anwendungsbereiche sind beispielsweise: Wirbelsäulenbeschwerden, Bandscheibenproblematik, Gelenksteife nach Unfällen, Arthrose.

### - 2 - Osteopathie im faszialen Bereich

Alle Strukturen unseres Körpers (Muskeln, Sehnen Bänder, Gefäße, Nerven, Organe und Knochen) sind von bindegewebigen Häuten (Faszien) umhüllt.

Diese stehen alle miteinander in Verbindung. Man kann sich dabei ein bewegliches Röhrensystem vorstellen. Über diese Faszien können Spannungen auf weiter entfernt liegende Strukturen des Körpers übertragen werden. So müssen sich Probleme nicht zwangsläufig dort äußern, wo sie entstanden sind.

Da unsere Körperbewegungen nur von Muskelketten ausgeführt werden und nicht von einzelnen Muskeln, wird es verständlich, dass z.B. ein Beckenschiefstand Kopfschmerz verursacht oder eine Hüftarthrose eine eingeschränkte Mobilität der Niere.

Durch das Wiedererlangen einer besseren Durchblutung, Verbesserung des lymphatischen Abflusses und der Gleitfähigkeit des Bindegewebes wird die Gesamtbeweglichkeit verbessert.

Als Anwendungsgebiete wären hier anzuführen: Fibromyalgie, Tennisellbogen, Durchblutungsstörungen, etc.

### - 3 - Osteopathie im viszeralen Bereich

Dieser Bereich umfasst alle inneren Organe. Diese sind wiederum, wie Muskeln auch, durch Bindegewebe miteinander verbunden. Diese Organhüllen dienen als Aufhänge und Stützsystem und bilden Brücken zwischen Organen, Knochen und Muskeln.

Veränderungen an einem Organ durch Narben, Organenkungen (Ptose), Entzündungen oder Stauungen, führen zu einer Spannungserhöhung der Organhülle. Diese beinhalten das Gefäßsystem und die Nerven des Organs. Spannungen in diesem Bereich können Gefäße und Nerven in ihrer Beweglichkeit einengen und führen somit zur Funktionsstörung des Organs.

Ziel der osteopathischen Behandlung ist es, ursächliche Krankheitsfaktoren aufzulösen oder abzuschwächen und die freie Beweglichkeit der Organhülle wieder herzustellen. Somit behandelt der Osteopath nicht das Organ selbst, sondern dessen Umgebung und Hülle und damit die Blut- und Nervenversorgung. Im Umkehrschluss kann dadurch auch eine Organerkrankung über eine verbesserte Durchblutung positiv beeinflusst werden. Eine Mehrdurchblutung fördert das Anfluten spezifischer Medikamente und dadurch deren Wirksamkeit.

Anwendungsgebiete sind z.B. Verwachsungen nach Bauch- und Thoraxoperationen, Sodbrennen, Verdauungsstörungen, Malabsorptionssyndrome.

# osteopathie

## - 4 - Osteopathie im cranosacralen Bereich

Die Knochen des Schädels sind über feine Knochennähte (Suturen) miteinander verbunden und weisen im allgemeinen Beweglichkeiten gegeneinander auf (Vergleichbar mit Haarbürsten, die aufeinander stecken). Die Bewegung erfolgt mit dem sogenannten cranosacralen Rhythmus, eines am ganzen Körper spürbaren Bewegungsimpulses. Eine endgültige Klärung diesen Phänomens steht bis heute noch aus, jedoch scheint sie eng mit der Produktion des liquor cerebrospinalis (der Hirn- und Rückenmarkflüssigkeit) in Zusammenhang zu stehen.

Die Schädelknochen stehen über die Hirnhäute und die Rückenmarkshaut mit dem Kreuzbein in Verbindung.

Die ganze Blutversorgung des Gehirns und auch die Gehirnflüssigkeit läuft in Gefäßen, die durch diese Häute gebildet werden. Dabei verlassen diese Gefäße den Schädel durch kleine Öffnungen. Spannungen die auf die Schädelknochen, z. B. durch verspannte Kau- und Nackenmuskulatur wirken, können diese Öffnungen einengen und für Durchblutungsstörungen im Schädel- und Hirnbereich sorgen. Auch die Hirnnerven laufen durch diese Hirnhäute und können im Ernstfall in ihrer Beweglichkeit eingeengt werden.

Die Schädelknochen und die Schädelnähte funktionieren sozusagen wie „Dehnfugen“ und brauchen eine gewisse Elastizität. Bei der Behandlung werden die Schädelknochen vom Osteopathen sanft modelliert. Auch hier ist eine Verbesserung des Stoffwechsels ein wichtiges Ziel. Die cranosacrale Osteopathie wirkt auf den gesamten Körper entspannend und ausgleichend.

Typische Anwendungsgebiete sind u.a.: Migräne, Heiserkeit, Hörsturz, Tinnitus, Kiefergelenksproblematik, Zahnfehlstellungen begleitend während einer kieferorthopädischen Behandlung, Schwindel. Bei Kindern vor allem chronische Nebenhöhlenbeschwerden, Mittelohrprobleme, Lernstörungen, schwallartiges Erbrechen und Dreimonatskoliken.

Die Behandlung von Säuglingen ist auf dieser Ebene ebenfalls sehr effektiv. Es ist z.B. möglich, Geburtstraumen nach einer schwierigen und langen Geburt zu behandeln. Wenn die Saugglocke oder die Zange zum Einsatz kam, kann es sein, dass die hier auftretenden Kräfte unter Umständen das vom Kind selbst regulierbare Maß überschreiten.

In diesem Falle bietet die cranosacrale Therapie eine sehr effektive Möglichkeit eine eventuell aufgetretene Verschiebung des noch nicht verknöcherten Säuglingsschädels zu korrigieren. Eine frühzeitige Korrektur auf dieser Ebene bewahrt den kindlichen Schädel davor ein asymmetrisches Wachstum auszuprägen.

## Die praxisnahe Osteopathie

Nach Vorstellung dieser **vier Grundpfeiler** der Osteopathie ist es wichtig darauf hinzuweisen, dass sie ihren Stellenwert nur im Rahmen des Gesamtkonzeptes der Osteopathie haben.

Techniken ohne den dazugehörigen Hintergrund der Kenntnisse von Anatomie und Physiologie werden immer nur Stückwerk bleiben und ergeben nur zusammen eine vollständige Therapie.

Im direkten körperlichen Kontakt während Diagnostik und Therapie eröffnet sich der Wert der Osteopathie.

Die Osteopathie versteht sich als Brücke zwischen der Schulmedizin in ihrer Gesamtheit und den alternativen Heilmethoden wie z. B. der Homöopathie oder Akupunktur.

Sie sieht sich nicht als Konkurrenz zur Schulmedizin, sondern versucht diese zu ergänzen. Osteopathie kann die ärztliche Diagnostik und Therapie nicht ersetzen und will auch nicht als Allheilmittel gelten.

Erst nach schulmedizinischem Ausschluss von Kontraindikationen kann eine osteopathische Untersuchung und Behandlung sinnvoll gestartet werden.

Der Wirkungsbereich osteopathischer Arbeit erschöpft sich nicht in der Behandlung des Bewegungsapparates, sondern wirkt auf den ganzen Menschen in harmonisierender Weise.

Die Beseitigung von Symptomen ist nicht das Ziel der Behandlung, sondern das Ergebnis der Auflösung von Einschränkungen und Funktionsstörungen jeder Art.

Es kann sein, dass eine Behandlung anfänglich drei bis fünf Mal im Abstand von einer bis zwei Wochen erfolgt. Danach wird je nach Einzelfall im Abstand von vier Wochen bis drei Monaten nachbehandelt.

Eine osteopathische Behandlung dauert circa eine halbe bis eine Stunde.

In Deutschland ist die Osteopathie keine Kassenleistung. Die Behandlungen müssen daher nach einer privaten Vergütung erfolgen, die in etwa zwischen 50,00 und 120,00 Euro pro Behandlung liegt.



Osteopathie

**JOCHEN EISELE**

Physiotherapeut, Tel: 07141 / 564483

Keltenstrasse 1, 71640 Ludwigsburg

[www.osteopathie-eisele.de](http://www.osteopathie-eisele.de)