

## Was ist Osteopathie?

Die Osteopathie als eigenständiger Beruf gibt es schon seit einigen Jahren in der Schweiz, vor allem in der Westschweiz ist sie bekannt, doch seit den letzten zehn Jahren verbreitet sie sich auch in der Deutschschweiz je länger je mehr.

In den 50er Jahren gelang die Osteopathie über Grossbritannien und Frankreich nach ganz Europa, in den letzten zwei Jahrzehnten fand sie vor allem in Belgien, den Niederlanden und auch in Italien, Deutschland, Österreich und der Schweiz Verbreitung.

In den USA ist die Osteopathie seit 1972 in allen Staaten von Amerika anerkannt und das Studium mit dem eines Arztes vergleichbar. Der heutige D.O., Doktor der Osteopathie, hat in den USA entweder Medizin studiert und einen Fachtitel in Osteopathie erhalten oder die gesamte Medizinische Ausbildung an der Universität für Osteopathie absolviert. In den USA arbeiten etwa 40'000 Osteopathen.

Auch die WHO erkennt die Osteopathie als eigenständiges Heilsystem neben der Schulmedizin, der Traditionellen Chinesischen Medizin und der Homöopathie.

## Was verbirgt sich hinter dem Begriff Osteopathie?

Das Wort „Osteopathie“ ist symbolisch zu verstehen. Der Osteopath versucht über den „Knochen“ (Osteon) das Pathos (Krankheit) zu heilen, wobei der Knochen symbolisch für alle bindegewebigen Strukturen steht.

Hinter dieser kurzen Definition verbirgt sich jedoch ein ausführlicher, medizinischer Gedanke, denn die osteopathische Medizin ist eine eigenständige Wissenschaft innerhalb der Heilkunde. Die Wissenschaft besteht in der genauen Kenntnis der Anatomie, Physiologie, Biochemie und Pathologie sowie das Wissen der Organisation und des Verhaltens der Körpers im gesunden wie bei der Abwehr von Krankheit und Genesungsprozessen.

„Leben zeigt sich in Form von Bewegung“ formulierte der Amerikaner Andrew Taylor Still, der Vater der Osteopathie etwa in der Mitte des vorigen Jahrhunderts. Also bedeutet Bewegungsverlust gestörtes Leben= Krankheit.

„Stillstand ist Rückgang“ besagt ein Sprichwort. Fliessendes Wasser wird immer erfrischt durch Nachfliessendes, so bleibt es gesund. Häufen sich aber Äste und Zweige an, bildet sich ein Stau. Stillstehendes Wasser wird trübe und zu einer Brutstätte von Mikroorganismen. So sucht der Osteopath beim Patienten gestörte Bewegungsabläufe. Bereits ein kleiner Verlust an Beweglichkeit der Gewebestruktur kann deren Funktion beeinträchtigen und zu Symptomen führen.

## Wie funktioniert Osteopathie?

In der osteopathischen Medizin versucht der Osteopath die verschiedenen Bewegungsabläufe wieder zu normalisieren. Dabei kann der Begriff „Behandlung“ wörtlich genommen werden. Der Osteopath benutzt ausschliesslich seine Hände zur Diagnose und Therapie. Durch die detaillierte körperliche Untersuchung der sich bewegenden Strukturen, lassen sich bei Patienten meist ganze Ketten von so genannten

Läsionen= Bewegungseinschränkungen feststellen. Diese können anhand der genauen Kenntnisse der Anatomie und aufgrund der biomechanischen Gesetze hierarchisiert und in ihrer Entstehungsreihenfolge eingeordnet werden. Die modernen bildgebenden Verfahren und die Laboranalysen werden zwar einbezogen, im Wesentlichen aber zur Aufdeckung von Kontraindikationen oder von Grenzen einer osteopathischen Behandlung benutzt.

Ein Beispiel aus dem Alltag soll veranschaulichen, wie eine Ursache, eine Folge und schliesslich eine Kette bei einem Patienten durch einen lokalisierten Bewegungsverlust ein ferner liegendes gesundheitliches Problem auslösen vermag.

Ein Mensch leidet an Kopfschmerzen. Bei der körperlichen Untersuchung werden möglicherweise eine verspannte Nackenmuskulatur und eine Blockade des ersten Halswirbels gefunden. Durch Manipulation des Wirbels und durch Weichteiltechniken, ist es möglich kurzfristig diesen Bewegungsverlust aufzuheben und eine Schmerzlinderung herbei zu führen. Aber einige Tage später können die Beschwerden wieder auftreten. Die umfassende Untersuchung zeigt bei diesem Patienten ein Verlust der Beweglichkeit, des Joint Play, im Bereich des unteren Sprungelenkes, als Folge einer Umknickverletzung vor einigen Jahren. Dadurch wurde das Wadenbein Richtung Fuss gezogen, welches wiederum über Zug am grossen Beugemuskel hinten am Oberschenkel via Gesäßshöcker eine Rotation des Hüftbeins nach hinten nach sich zog. Zusätzlich wurde durch die Knickfussstellung die Statik des Beines verändert, welche die Beckenstörung verstärkte. Weiterlaufend verspannt sich die untere Rückenmuskulatur, mit resultierender skoliootischer Fehlhaltung um via Augen die notwendige Horizontallage und somit die Informationen wie die Körperposition im Raum ist, zu erhalten. Dies gelingt nur, weil die zugehörige Muskulatur vermehrt Spannung aufnahm wodurch Kompensationsenergie verbraucht wird. Da der Patient gesund war, konnte er es

kompensieren, ohne Beschwerden zu haben. Doch einmal dem Durchzug ausgesetzt, verschlechterte sich die Durchblutung der Nackenmuskulatur, das System dekomprimiert und der Patient bekam Kopfschmerzen. Die Therapie „an der Wurzel des Problems“ wird die Wiederherstellung der vollen, normalen Beweglichkeit des Sprunggelenkes sein.

Zu beachten ist, dass Bewegung im Sinn der Osteopathie nicht nur im Bewegungsapparat stattfindet, sondern im ganzen Körper, also auch zwischen den inneren Organen.

### Die 3 Systeme

Die Osteopathie unterscheidet drei grosse Systeme:

Das parietale, das viszerale und das kraniosakrale System. Diese Systeme stehen in enger Relation zu einander. Das parietale System beinhaltet alle Knochen, Gelenke, Sehnen, Muskulatur, Bänder, Kapseln, Faszien sowie das periphere Nervensystem, Arterien, Venen und Lymphgefässe. Alle diese Strukturen sind miteinander vernetzt und bilden eine Einheit. Störungen in einem Teil dieses Systems, haben Veränderungen für die anderen zur Folge. Die Therapie wird sich auf die Beseitigung dieser zentralen Störung beschränken, um die „Selbstheilung“ des Systems zu ermöglichen.

Das viszerale System schliesst alle Organe des Brust- und Bauchraumes und des kleinen Beckens ein. Nach der osteopathischen Vorstellung, findet zwischen den Organen und auch den umgebenden parietalen Strukturen eine Bewegung statt, die durch die Atembewegung von Zwerchfell und Brustkorb hervorgerufen wird (Mobilität). Auch der Herzschlag und die Darmperistaltik sind Motoren dieser Mobilität. Ein Verlust dieser Beweglichkeit in einem Organ kann zu funktionellen Störungen des Organs und seiner benachbarten Struktur führen, welche sich wiederum über verschiedene

Mechanismen im gesamten Organismus auswirken können.

Bindeglieder des viszeralen und des parietalen Systems sind z. B. der Hüftbeugemuskel, das Zwerchfell und der Beckenboden ect, v. a. aber das vegetative Nervensystem mit den Verbindungen zwischen Grenzstrang (liegt vor den Rippenkopfgelenken, neben der Wirbelsäule) und Spinalnerv. So kann eine Wirbel-blockade im Bereich der Brustwirbelsäule Ursache für eine Funktions- und später auch einer Organstörung eines Inneren Organs werden. Umgekehrt kann eine Organstörung auch Schmerzen und Bewegungseinschränkung im Brustwirbelsäulenbereich auslösen.

Bei der Betrachtung des kranio-sakralen Systems aus der Sicht der Osteopathie, bildet der Schädel nicht eine knöcherne, starre Kapsel, wie in der Schulmedizin, sondern es werden subtile Bewegungen der einzelnen Schädelknochen untereinander ertastet, wobei die Schädelnähte die Gelenke dieser Bewegung sind. Ebensowenig bekannt sind die Bewegungen des Kreuzbeines. Diese Bewegung wird „Motilität“ genannt und findet im ganzen Körper wieder. Über die harte Hirnhaut, die an der Hinterhauptschuppe angeheftet ist, besteht eine feste bindegewebige Beziehung zum Kreuzbein, welches somit der Mobilität und Motilität des Schädels folgen muss. Wenn nun seinerseits das Kreuzbein in seiner Beweglichkeit gestört ist, zum Beispiel durch parietale Probleme des Beckens oder viszerale Probleme von Blase, Uterus, Prostata u.s.w, so wird sich dies über die harte Rückenmarkshaut auf die Beweglichkeit des Schädels auswirken.

Die Untersuchungen dieser Zusammenhänge verfolgt die Absicht ein Konzept zu entwickeln, welche Störungen man in welcher Reihenfolge behandelt, um einen grundlegenden und dauerhaften Therapieerfolg zu erzielen.

Techniken sind die Manipulationen und Mobilisationen von Gelenken, Weichteil- und Reflextechniken, Mobilisations-, und Drainagetechniken an inneren Organen.

Alle bindegewebigen Strukturen sind untereinander vernetzt und stellen ein dreidimensionales System dar, in welches die Organzellen eingebettet sich. So wird ein Effekt auf die arterielle Durchblutung, auf den venösen und lymphatischen Abfluss sowie auf die grosse neuro-vegetative-hormonelle Funktionseinheit erzielt und damit direkt auf das interstitielle Bindegewebe, welches für die Versorgung und Steuerung der Zelle verantwortlich ist.

Wir hoffen, ihnen hiermit die osteopathische Medizin ein wenig näher gebracht und eine Brücke zwischen dieser Therapieform und der Schulmedizin geschlagen zu haben.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zu Verfügung.