

# Osteopathie

## Eine ganzheitliche Heilmethode



Die Osteopathie ist ein Heilberuf und eine angewandte Humanwissenschaft mit einem eigenständigen und ganzheitlichen Diagnose- und Behandlungsansatz. Ein Osteopath ist ein ganzheitlich ausgebildeter und denkender, untersuchender und arbeitender Therapeut, der ausschließlich mit seinen Händen auf sanfte Art und Weise den menschlichen Körper behandelt. Sein Ziel ist nicht vordergründig "gesund machen", er will v. a. die Selbstheilungskräfte des zu behandelnden Patienten aktivieren.

Ein Beispiel: Stellt der Osteopath bei seiner Anamnese (Befragung) des Patienten fest, dass dieser zu wenig Flüssigkeit aufnimmt, so kann es sein, dass die Nieren nicht optimal arbeiten. So kann einen Reiz auf andere Körperregionen ausgeübt werden, die dem Patienten Schmerzen bereiten, die bisher orthopädisch oder anderweitig behandelt worden sind. Die Ursache für die Schmerzen z. B. in der Leiste, in der Hüfte oder sonst wo liegt nicht immer an der Stelle selbst, sondern kommt u. U. von ganz woanders aus dem Körper. Hier hätte man mit klassischen Therapien bzw. mit Arbeiten „am Ort des Geschehens“ (der Einschränkung, des Schmerzes) wohl auf Dauer keinen Erfolg, da man nur Symptombehandlung und keine Ursachenbehandlung betreibt. Vielleicht wird das Problem besser, aber der Patient hätte auf kurz oder lang die gleichen Beschwerden wieder. Er baut eine Schutz/Schonhaltung auf und kompensiert seine Probleme durch vermehrte Belastung (letztendlich Überlastung) anderer Strukturen. Irgendwann genügt ein Tropfen und das Fass läuft über.

Die Osteopathie versucht tiefer zu gehen, das „Kratzen an der Oberfläche“ widerstrebt ihr. Die Osteopathie ist ein medizinisches System, das den Menschen als „Ganzes“ betrachtet und behandelt. Vergleicht man den Körper mit einem Uhrwerk, würde er aus vielen Teilen und Rädchen bestehen, die normalerweise perfekt zueinander passen bzw. in einander greifen und sich gegenseitig beeinflussen. Funktioniert auch nur ein Teil nicht mehr optimal, arbeitet das gesamte Uhrwerk nicht mehr vorschriftsmäßig.

Genauso verhält es sich mit dem menschlichen Körper. Erkrankt ein Organ, ein Muskel, ein Gelenk, ein Nerv usw., wird auch der Rest des Körpers in Mitleidenschaft gezogen.

Will man die Beschwerden nun ganzheitlich behandeln, müssen 3 Systeme, die sich wechselseitig beeinflussen, berücksichtigt werden:

1. der Bewegungsapparat (Muskeln, Knochen, Sehnen, Bänder, Gelenkkapsel, Nerven), das **parietale System**
2. die inneren Organe (Magen, Leber, Darm, Nieren usw.), das **viszerale System**
3. das **kranio-sakrale System** (Schädel, verbunden mit Wirbelsäule bis zum Kreuzbein)

Wird nun das harmonische Zusammenspiel aller Teile im Körper gestört, z. B. durch Unfälle, Sportverletzungen, Brüche, Abnutzungserscheinungen, Entzündungen, auch an inneren Organen, oder ganz banal durch falsche Körperhaltung, versucht der Körper derartige Fehlfunktionen auszugleichen. Dies funktioniert aber meist nicht lange, denn dabei werden andere Strukturen überbelastet und dann treten Schmerzen auf.

-1-

## **Aber warum heißt nun Osteopathie „Osteopathie“?**

„Osteon“ heißt „Knochen“ und „Pathos“ „Leiden“, also „Knochenleiden“ bzw. „Krankheit der Knochen“. Dies war der Grundgedanke von Andrew Taylor Still, dass jedes Leid, jeder Schmerz vom Knochen kommt. Anfang des 20. Jahrhunderts wurde diese Theorie jedoch ergänzt bzw. erweitert, dass auch mit dem Knochen verbundene Strukturen wie Muskeln, Sehnen, Bänder und auch Nerven und innere Organe bis hin zu Körperflüssigkeiten Auslöser von Schmerzen sein können. Die Behandlung auch dieser Strukturen mit speziellen Techniken wurde in die „Osteopathie“ integriert, sprich der Begriff ist geblieben. Tatsache ist, dass letztendlich alle Strukturen miteinander verbunden sind und sich gegenseitig beeinflussen. Dem muss man Rechnung tragen.

Der Osteopath arbeitet ausschließlich mit seinen Händen, um Störungen zu fühlen, zu behandeln und zu beeinflussen. Doch auch viele andere Untersuchungsergebnisse, Röntgen- oder Computertomographiebilder, Laborergebnisse usw. fließen in die Untersuchung mit ein.

Mit seinen Händen versucht der Osteopath Bewegungsanomalien (Fehlstellungen, Veränderungen) im Körper oder in bzw. an den Gelenken festzustellen. Diese Fähigkeit zu erlernen braucht viele Jahre, sprich einiges an Erfahrung. Ergänzend zur ausgeprägten Sensibilität in den Händen benötigt der Osteopath zusätzliche Kenntnisse auf den Gebieten der Anatomie, Neurologie, Physiologie usw., damit er weiß, wie und wo er entsprechende Handgriffe anwenden kann und welche Folgen das haben wird.

Aufgrund der Komplexität des Körpers und der extremen Verwobenheit der gesamten Strukturen dauert die osteopathische Ausbildung auch ca. 5 Jahre berufsbegleitend.

Außerdem muss er mit den Schulmedizinern eng zusammenarbeiten, denn von ihnen erhält er die Informationen über alle apparate-technische Untersuchungen wie Laborwerte, Ultraschall, Röntgen- oder Kerspintomographiebilder usw., die seinen Befund ergänzen und gefundene Ergebnisse bestätigen oder widerlegen bzw. Kontraindikationen ausschließen. So entsteht eine Wertschöpfungskette, an der der Patient an erster Stelle steht und sich gut behandelt und aufgehoben fühlt.

Wer nun meint, er hätte es hier mit so einem „neumodischen Kram“ zu tun, der irrt. Schon in den alten Kulturvölkern wurden „manuelle Behandlungen“ durchgeführt mit entsprechendem Erfolg. Auch Hippokrates, der Begründer der wissenschaftlichen Heilkunde, beschrieb verschiedene Methoden der Manipulation (siehe „Einrenken“) und betrachtete Wirbelsäulenerkrankungen als Hauptursache vielfältiger Symptome.

Mehr als zwei Jahrtausende später wurde diese Idee von Dr. Andrew Taylor Still wieder aufgegriffen und so auch der Grundstock für die heutige Osteopathie gelegt. Im Jahre 1892 gründete er in den Vereinigten Staaten die „American School Of Osteopathie“.

Dort wurden unter anderem auch die **5 osteopathischen Prinzipien** gelehrt:

1. **Leben ist Bewegung.** Oberstes Kriterium in der Osteopathie ist die Beurteilung der Mobilität, sprich der Beweglichkeit. Die Mobilitätsprüfung der Gelenke stellt die Grunduntersuchung des Osteopathen dar.
  
2. **Die Struktur regiert die Funktion.** Das bedeutet, dass die Funktion eines Organs abhängig sein muss von allen umgebenden Strukturen und deren harmonischem Zusammenspiel. Beispiel: Die Nieren liegen jeweils auf einem Muskel. Dieser Muskel spannt an, dabei müssen die Nieren diese Spannung vertragen, ohne in ihrer Funktion beeinträchtigt zu werden. Außerdem nutzen sie den Muskel als „Gleitlager“, da bei jeder Einatmung die Nieren nach unten verdrängt werden. Auch das muss ohne Einschränkung möglich sein.
  
3. **Der Körper funktioniert als Einheit.** Dabei ist ein funktionierendes Ganzes nicht die Summe, sondern das Zusammenspiel aller Einzelteile.
  
4. **Das Gesetz der Arterien.** Um das Leben aufrecht zu halten ist eine gute Zirkulation von allen „Körpersäften“ unumgänglich. Die Osteopathie beschränkt sich also nicht nur auf das arterielle (sauerstoffreiche) und venöse (sauerstoffarme) Gefäßsystem, sondern schließt auch andere Flüssigkeiten wie Liquor (Gehirnwasser), Lymphe (Gewebewasser) und Synovia (Gelenkflüssigkeit) in die Untersuchung mit ein. Auch das problemlose Weiterleiten von Nervenimpulsen sowie das Zirkulieren von körperlicher und geistiger Energie findet hier Beachtung!
  
5. **Selbstheilungsmechanismen.** Der Körper ist mit Hilfe verschiedener Systeme in der Lage sich selbst zu heilen. Dieses System in Gang zu bringen und im richtigen Maße auszuschöpfen ist das erklärte Ziel des Osteopathen. Das Motto lautet also „Hilfe zur Selbsthilfe bzw. –heilung“ und nicht pauschal „Gesundmachen“. Jeder Mensch kann, wenn er will, auch etwas für sich tun, v. a. dann, wenn er richtig aufgeklärt wird und weiß, was er tun soll.

Nach meiner bisherigen Erfahrung kann ich sagen, dass osteopathische Behandlungen im Vergleich zu anderen Methoden deutlich effektiver und langfristiger anhaltend sind. Die Wertschätzung bzw. Wahrnehmung der Osteopathie ist mittlerweile in der Bevölkerung deutlich angestiegen und kann als hoch eingestuft werden, daher zahlen auch fast alle Krankenkassen in Deutschland anteilig Behandlungen.

Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Kasse, wie hoch die aktuelle Zuzahlung ist.

Um sich bei uns osteopathisch behandeln zu lassen benötigen Sie ein Privatrezept mit entsprechender Verordnung (siehe ausliegende Info). Außerdem können Sie nur mit einem Rezept Ihre Rechnung bei der Krankenkasse einreichen, um Ihre Erstattung zu beantragen.

Zwischen den einzelnen Terminen sollten im Schnitt 2-4 Wochen liegen, damit der Körper die Informationen, die er durch die osteopathische Behandlung erfahren hat, entsprechend verarbeiten kann. Für Erwachsene dauert eine Behandlung 1 Stunde, für Kleinkinder und Kinder 40 min.

Ihr Godehard Stoll, Physiotherapeut und osteopathisch arbeitender Therapeut

Hinweis: Der folgende Text wurde von Godehard Stoll nach aktuellen Erkenntnissen der Medizin und Anatomie verfasst. Er erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit bzw. Fehlerfreiheit.