

# „Menschenmechaniker“ mit hochsensiblen Händen

**Osteopathen können tiefgründige Informationen des Körpers wahrnehmen und deuten, Krankheiten heilen oder sogar verhindern.** Von OA Dr. Mustafa Selim und Dr. Georgia Riepl für Neurologie und Psychiatrie

Osteopathie ist eine ganzheitliche Methode der Diagnose und Therapie, die eine wirksame Hilfe bei zahlreichen Störungen und Erkrankungen bietet. Der Osteopath begibt sich in unserem Körper auf Entdeckungsreise, sucht nach Störungen, aber vor allem nach der Gesundheit in uns und findet sogar in einer Störung diese, die er dann zum Blühen und Gedeihen bringt und lässt Gesundheit und Heilung durch unseren gesamten Organismus strömen.

Der Osteopath verzichtet bei seiner Arbeit auf Instrumente und Apparate. In der Behandlung werden durch gezielte manuelle Techniken die Selbstheilkräfte aktiviert. Die Osteopathie verfügt über gründliche und tiefe Kenntnisse über den Körper und dessen Funktionsweise, weshalb sie in der Lage ist, eine Erklärung abzugeben, wenn Funktionsstörungen auftreten und uns dann den Weg zeigt, sie zu behandeln.

Die Osteopathie entstand vor 120 Jahren in den USA. Der Arzt Andrew Taylor Still hat die Prinzipien der Osteopathie entdeckt und damit eine ganzheitliche Medizin begründet (Kasten 1). Die Osteopathie hat sich seit ihrer Begründung rasant entwickelt und erfreut sich zunehmender Beliebtheit aufgrund ihrer Erfolge bei Patienten und Ärzten.

## Grundsatz: Leben ist auch Bewegen.

Wenn unsere Organe sich frei bewegen, dann sind sie gesund. Gibt es allerdings irgendwo eine Bewegungsstörung, eine Blockade oder Restriktion, dann kann dadurch eine Krankheit entstehen. Warum das so ist? Der Fluss von Blutzirkulation, Nervenflüssigkeiten und Lymphen kann aufgrund einer Blockade gestört oder vermindert sein, sodass eine Mangelversorgung der betroffenen Struktur und in der Folge eine Krankheit daraus resultierende Krankheit entstehen kann. Die Osteopathie kann Bewegungseinschränkungen oder Blockaden aufspüren und sie mit den Händen durch sanfte Technik lösen.

### Kasten 2:

#### Die 5 Stufen der osteopathischen Arbeit

- 1) Hören → Anamnese
- 2) Sprechen → Patientenbefragung
- 3) Sehen → Inspektion
- 4) Fühlen → Palpation
- 5) Berühren → Behandeln



Die Osteopathie geht den Ursachen einer Krankheit auf den Grund und ist bestrebt, den Organismus von seinen Störungen zu befreien.

### Möglichkeiten der Osteopathie

Die Wirkung ist umfassend, vielseitig und mehrschichtig (Kasten 2). Die Osteopathie geht den Ursachen einer Krankheit auf den Grund und fragt nach, warum gerade bei diesem Patienten zu diesem Zeitpunkt eine Krankheit ausgebrochen ist und was den Organismus bisher daran gehindert hat zu genesen. Nach den mechanistischen Sichtweisen der Osteopathie liegt in der Regel eine Bewegungseinschränkung, eine Restriktion, eine Dysfunktion oder eine Blockade als Ursache der Krankheit vor.

Die Ursache wird von dem Osteopathen aufgespürt und behandelt. Diese Blockade oder die Dysfunktion kann in allen Körperregionen auftreten. Nach Lösen der Blockade kann die Lebensenergie ungestört und unbehindert den Organismus durchströmen. So wird dem Körper zur Selbstheilung verholfen (Kasten 3).

Ein Osteopath sieht sich als „Menschenmechaniker“ bzw. Körpertechniker, der sich im menschlichen Körper anatomisch und physiologisch sehr gut auskennt und diese Erkenntnisse nutzt, um mit seinen Händen kunstfertig den Organismus von seinen Störungen zu befreien. Damit soll der Weg zur Heilung von allen Widerständen und Blockaden bereitet werden.

### Sorgfältige Anamnese

Bevor die eigentliche Untersuchung beginnt, hört der Osteopath genau Beschwerden und Erzählungen des Patienten aktiv an, danach stellt er eine Reihe detaillierter Fragen unter anderem zu folgenden Bereichen: aktuelle oder chronische Beschwerden, familiär gehäufte Krankheiten, Unfällen, Schwangerschaft und Geburten, Abtreibungen, eigener Geburt des Patienten (Geburtstrauma?), medizinische Eingriffe und Operationen, Zahnbehandlungen, Kiefergelenksprobleme, Medikamente, Verdauung, Ernährung, Sport und Freizeit, Schlaf, Genussmittel, Drogen, Aufputzmittel, Psychopharmaka oder Schlafmittel, Arbeit, Beruf und Familie, Wohnsituation, psychische oder seelische Störungen sowie privater Situation.

Osteopathische Verfahren können in zwei Kategorien unterteilt werden:

Bei der Inspektion sehen sich Osteopathen zunächst die Haltung im Stehen, im Sitzen und den Gang an. Sie gibt Informationen über Dysfunktionen und Kompensationen. Danach folgt die Palpation: d.h. Abtasten – Fühlen – sich einfühlen – Eintauchen mit dem Gewebe. Der Osteopath tastet das Gewebe ab und horcht, was es zu erzählen hat. Der Osteopath kommuniziert mit dem Körper und seinem Gewebe, stellt Fragen und wartet auf die Antwort. Dr. Still, der Begründer der Osteopathie, sagte: „Das Gewebe weiß, was das Problem ist – wo es ist und wie es entstanden ist. Ein erfahrener Osteopath kann uns durch Abtasten und Fühlen des Gewebes sagen, wie alt ein Problem ist.“

Die Palpation ist die Grundlage der osteopathischen Diagnostik und Behandlung schlechthin. Dadurch kann der Osteopath nicht nur die Gewebebeschaffenheit erspüren, sondern auch erkennen, in welchem Zustand Gesundheit, Befinden und Lebensenergie ist. Das erfordert vom Osteopathen große Konzentration und vom Patienten die Bereitschaft, sich zu entspannen und loszulassen.

### Diagnose und Therapie mit hochsensiblen Händen

Die Hände eines Osteopathen sollten nicht nur die Beschaffenheit, Temperatur und Spannung der Haut erkennen, sondern auch das darunterliegende Gewebe – Muskeln, Bänder, Fasern, Nerven, Flüssigkeiten und innere Organe – erkunden. Krankheitssymptome sind immer mit Veränderungen der Gewebespannung oder Beweglichkeit verbunden. Solche Veränderungen kann der Osteopath sogar schon feststellen und behandeln, bevor eine Krankheit entsteht. Somit ist die Osteopathie nicht nur eine behandelnde, sondern vor allem auch eine vorbeugende präventive Heilkunde. ■

OA Dr. Mustafa Selim ist Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, Dr. Georgia Riepl, Ärztin in Ausbildung zur Fachärztin

### Kasten 1:

#### Die 5 Prinzipien der Osteopathie

1. Prinzip: Leben ist Bewegen und Bewegen ist leben. Wenn sich unsere Organe frei bewegen können, dann bleiben sie auch gesund. Heute wissen wir, wie wichtig die Bewegung ist: Nicht nur für die Erhaltung der Gesundheit, sondern auch als Therapie und Behandlung von Herz-Kreislaufkrankheiten und Stoffwechselstörungen bis hin zu seelischen Erkrankungen wie beispielsweise Depressionen, Angst- und Suchterkrankungen.
2. Prinzip: Der Mensch ist eine Einheit aus Körper, Seele und Geist. Deshalb kann eine reine Körperbehandlung, die die Seele und die Psyche außer Acht lässt, nicht immer erfolgreich sein.
3. Prinzip: Der Körper ist im Stande, sich selbst zu regulieren, zu reparieren, zu regenerieren, zu heilen und gesund zu erhalten. Der Körper führt jeden Tag erfolgreich Kämpfe gegen Viren, Bakterien, andere Krankheitserreger und sogar gegen Krebszellen.
4. Prinzip: Die Struktur eines Organs beeinflusst seine Funktion und diese beeinflusst seine Strukturen.
5. Prinzip: Eine osteopathische Behandlung sollte alle diese Prinzipien berücksichtigen.

### Kasten 3:

#### Einsatzgebiete der Osteopathie

Wo Osteopathie helfen kann?

Bei fast allen Störungen kann die Osteopathie helfen. Oft kann sie auch als ausschließliche Therapie helfen. In manchen Fällen hilft sie sogar schneller und nachhaltiger als die sonst üblichen Medikamente oder eine chirurgische Operation. Ein weiterer großer Vorteil: Es gibt keine schädlichen Nebenwirkungen. Die Behandlung basiert auf dem Wissen um die vielen miteinander vernetzten Systeme im Organismus, die über die Gesundheit und Krankheit entscheiden. Osteopathen arbeiten nicht mit bestimmten Techniken für bestimmte Krankheiten, sondern sie versuchen bei jedem Patienten die individuellen Faktoren zu ermitteln die zu der Störung im Körper geführt haben. Deshalb kann es sein, dass zwei Menschen mit exakt denselben Beschwerden ganz unterschiedlich behandelt werden.

Wann ist Osteopathie sinnvoll?

Osteopathie kann als Ergänzung oder Alternative zu einer klassischen medizinischen Therapie genutzt werden, die die Selbstheilungskräfte des Kranken mobilisieren kann, sodass die Beschwerden vom eigenen Körper besiegt werden können, wie z.B.:

- Angst und Panik
- Asthma und Sinusitis
- Bronchitis
- Schwindel
- Mittelohrentzündungen
- Tinnitus
- Migräne und Kopfschmerzen
- PMS und Kinderwunsch
- Schlafstörungen
- Depressionen
- Verdauungsstörungen etc.
- Reizdarm
- Zyklusunregelmäßigkeiten
- Schmerzen der WS
- Schmerzen nach Operationen jeglicher Art
- Psychosomatische Störungen
- Sportverletzungen
- Folgen von Unfällen
- Fibromyalgiesyndrom
- Nerven-, -und Muskelschmerzen