



Newiger, C. **Osteopathie, Sanftes Heilen mit den Händen**



**zum *Bestellen*
klicken**

by naturmed Fachbuchvertrieb
Aidenbachstr. 78, 81379 München
Tel.: + 49 89 7499-156, Fax: + 49 89 7499-157
Email: info@naturmed.de, Web: <http://www.naturmed.de>

Vorwort 1 zur Neuauflage

»Osteopathie: Sanftes Heilen mit den Händen« nennt Christoph Newiger sein Buch über eine manuell-therapeutische Methode. Im Vorwort zur ersten Auflage schrieb ich noch von einer Therapie, die in Deutschland wenig bekannt ist, während sie in anderen Ländern, vor allem in den Vereinigten Staaten, gefolgt von England, Frankreich sowie in einigen Benelux-Staaten, fester Bestandteil der Medizin ist und sich wegen ihrer Erfolge großer Akzeptanz erfreut. Dort wurde diese Methode von Therapeuten ausgeübt, die eine sehr gründliche, wissenschaftlich orientierte Ausbildung erhalten haben und z. T. Ärzten gleichgestellt sind.

Nun, acht Jahre und zwei Auflagen später kann man feststellen, dass bei uns die Osteopathie wegen ihrer Erfolge bei der Behandlung funktionell bedingter Störungen von Organsystemen ebenfalls zu einem festen Bestandteil der medizinischen Versorgung geworden ist. Die Ausbildung zum Osteopathen erfolgt in Deutschland in speziellen Akademien, in denen Angehörige medizinischer Heilberufe in einer mehrjährigen fachlich umfassenden Aus- und Weiterbildung theoretisch und praktisch auf ihre Tätigkeit vorbereitet werden.

In der Ausbildung zum Osteopathen nimmt neben anderen Fächern eine gründliche und umfangreiche Auseinandersetzung mit der Anatomie des Menschen, seines Stütz- und Bewegungsapparates unter Berücksichtigung der Hüllstrukturen des Zentralnervensystems sowie seiner Brust- und Baueingeweide einen breiten Raum ein. Gerade diese Strukturen sind es, die der Therapeut mit seinen Händen ertastet, um deren Funktionszustand zu beurteilen. Wenn erforderlich, werden sie mit subtilen manuellen Techniken behandelt. Hierdurch wird in der betroffenen Region über Mobilisation die Potenz eines Organsystems zur Selbstheilung stimuliert.

Christoph Newiger hat sein Buch so angelegt, dass der interessierte Leser in Grundzügen die Bedeutung der Anatomie der Organsysteme für die Osteopathie erkennen kann. Hierauf bauen die nachfolgenden Kapitel auf, die dem Leser ein Verständnis für die Möglichkeiten einer funktionell begründbaren Therapie eröffnen, aber auch deren Grenzen andeuten.

Univ.-Prof. Dr. rer. nat. med. habil. Rainer Breul
Anatomische Anstalt
Ludwig-Maximilians-Universität München

Vorwort 2 zur Neuauflage

Seit Veröffentlichung der ersten Ausgabe von Christoph Newigers »Osteopathie: Sanftes Heilen mit den Händen« hat der Bekanntheitsgrad der Osteopathie in den deutschsprachigen Ländern erheblich zugenommen. So ist die Nachfrage nach einer überarbeiteten und erweiterten Auflage die logische Konsequenz, um eine verbesserte, kontinuierliche Information für die immer größere, interessierte Patientenzahl zu gewährleisten.

Osteopathie versteht sich mehr und mehr auch als präventive Medizin. Das zeigt sich besonders im Bereich der Kinderheilkunde, pränatal sowie postnatal und in der Schwangerschaftsbegleitung.

Dieses Buch vermittelt in einer ausgewählt verständlichen Sprache für Laien, Therapeuten sowie interessierte Ärzte ein fachlich gutes, abgerundetes Verständigungsspektrum, ohne dabei kritische Anmerkungen zu vernachlässigen.

Als größte Berufsvereinigung in Deutschland empfehlen wir diese Lektüre sowohl Patienten, Krankenkassenvertretern, Gutachterstellen und medizinischen Diensten. So fehlt dieser Hinweis in keinem Printartikel bzw. als Referenz nach TV-Sendungen.

Für die Zukunft ist es unabdingbar, dass in erster Linie die europäischen Verbraucherschutznormen erfüllt werden, sodass der suchende Patient einen qualifizierten, langjährig ausgebildeten Osteopathen vermittelt bekommt. Nur wenn allgemein gültige Ausbildungsrichtlinien definiert und angewandt werden, hat die Osteopathie als autonome Medizin eine Chance.

Wir danken Christoph Newiger auf diesem Weg für seine große Unterstützung, die er dem Verband in den letzten Jahren zukommen ließ und lässt und wünschen allen Lesern, dass sie auf diesem Wege der Osteopathie näher gebracht werden.

Marina Ch. Fuhrmann D.O. M.R.O.
Präsidentin des Verbandes der
Osteopathen Deutschland e.V.

Inhalt

Vorworte	6
----------	---



Grundlagen

Osteopathie – eine sanfte Heilkunst	10
--	----

Leben ist Bewegung	10
--------------------	----

■ Die Bedeutung von Bewegung für die Osteopathie	11
--	----

Andrew Taylor Still und die Geschichte der Osteopathie	14
--	----

■ Die Geburt einer neuen Medizin	16
----------------------------------	----

■ Osteopathie heute	18
---------------------	----

Den Selbstheilungskräften helfen	20
---	----

Die vier Säulen der Osteopathie	21
---------------------------------	----

Gefäßsysteme und Leitungsbahnen	21
---------------------------------	----

■ Die Aufgaben der Gefäßsysteme und Leitungsbahnen	21
--	----

Die Bedeutung von Funktion und Struktur	25
---	----

Die Selbstheilungskräfte des Körpers	27
--------------------------------------	----

Der Mensch als untrennbare Einheit	31
------------------------------------	----

Die Teile kennen, um das Ganze zu heilen	34
---	----

Der Bewegungsapparat	34
----------------------	----

Die inneren Organe	39
--------------------	----

Der Schädel	44
-------------	----

Die Wirbelsäule	49
-----------------	----

Die Embryonalentwicklung	55
--------------------------	----

Der Weg des Krankwerdens	58
--------------------------	----

Gesund sein heißt ausgleichen	59
-------------------------------	----

Die osteopathische Verletzung	63
-------------------------------	----

Solange der Körper kompensieren kann	66
--------------------------------------	----

Wenn der Körper überfordert wird	69
----------------------------------	----



Methoden

Beim Osteopathen in guten Händen	74
---	----

Zu Beginn: die Krankheitsgeschichte	74
-------------------------------------	----

Behandeln wörtlich genommen: die manuelle Untersuchung	78
--	----

Primäre und sekundäre Ursachen erkennen	84
---	----

Mit den Händen die natürliche Beweglichkeit wiederherstellen	87
--	----

Wie lange dauert eine Behandlung?	98
-----------------------------------	----



Anwendungen

Wo die Osteopathie helfen kann	102
Schrei- und Spuckkinder	103
Schiefhals	106
Zahnregulierung	108
Asthma	111
Skoliose	114
Unterleibsbeschwerden bei Frauen	117
Schwangerschaft und Wochenbett	120
Kopfschmerzen	124
Kreuzschmerzen	129
Schulter- und Nackenprobleme	135
Folgen von Autounfällen	139
Narben	143
Verdauungsprobleme	148
Hepatitis	156
Rheumatismus	159
Osteopathie als begleitende Therapieform	163
■ Verhaltensstörungen bei Kindern	163
■ Schutzimpfungen	165
■ Verzögerte Knochenheilung	165
■ Hörsturz und Tinnitus	166
■ Schlaganfall	167

■ Herzinfarkt	168
■ Herzoperation	169
■ Vollnarkose	170
■ Parkinson	170

Wann Osteopathie helfen kann – und wann nicht

Wann die Schulmedizin an Grenzen stößt	173
Die Möglichkeiten der Osteopathie	176
Warum die Osteopathie nicht immer helfen kann	181



Nützliche Hinweise

Weiterführende Informationen und Adressen	186
Nicht ganz einfach: die Rechtslage	187
Wie beurteilt die Schulmedizin die Osteopathie?	190
Was kostet eine osteopathische Behandlung?	194
Wie findet man einen guten Osteopathen?	196
Qualitätskriterien bei der Behandlung	201
Osteopathie von A bis Z	203
Stichwortverzeichnis	219



Osteopathie – eine sanfte Heilkunst

»Ich habe nur einen Vorhang zur Seite geschoben, um besser sehen zu können.«
William Garner Sutherland

Die Osteopathie entstand vor über 120 Jahren in Amerika. Andrew Taylor Still, ein Arzt, hat die Prinzipien der Osteopathie entdeckt und damit eine neue Medizin begründet. Seitdem hat sich die Osteopathie rasant weiterentwickelt und verzeichnet größte Zuwachsraten. Ihr Ansatz: Leben zeigt sich in Form von Bewegung. Wo Bewegung verhindert wird, macht sich Krankheit breit. Die Osteopathie kann Bewegungseinschränkungen aufspüren und lösen.

Leben ist Bewegung

Versuchen wir einmal, uns der vielen Bewegungen bewusst zu werden, die unser Körper ständig ausführt. Wir

können unseren Kopf drehen, die Hand heben, ein Bein über das andere schlagen. Das sind Bewegungen, die wir willentlich steuern.

Wir schlucken nicht nur, wenn wir essen oder trinken, sondern kontinuierlich. Unsere Augenlider schließen sich für einen kurzen Moment, benetzen die Augäpfel mit Tränenflüssigkeit, immer und immer wieder. Wir atmen und führen dabei Tag für Tag an die 20 000 Atembewegungen durch. Unser Herzmuskel versorgt über die Blutgefäße jede einzelne Zelle unseres Körpers mit sauerstoffreichem Blut und schlägt dabei etwa 100 000-mal am Tag. Dies sind alles Bewegungen, die unbewusst geschehen, auf die wir keinen willentlichen Einfluss haben.

Bewegungsketten

Dabei geschehen diese Bewegungen, ob willentlich oder vegetativ, kaum vereinzelt, sondern eine Bewegung löst die andere aus, gemeinsam bilden sie ganze Bewegungsketten. So funktionieren die Verdauungsorgane nicht einzeln, sondern immer in einem Zusammenspiel, und so kann etwa die Lunge den Körper nur mit Sauerstoff versorgen, weil der Herzmuskel ständig sauerstoffarmes Blut in die Lungenbläschen pumpt. Selbst wenn wir beim Gehen nur den Fuß heben, setzen wir damit eine Muskelkette in Bewegung, die vom Fuß bis zu den Schultern reicht. Wenn jedoch z. B. äußere Einflüsse einen der beteiligten Körperbereiche in seiner Bewegung einschränken, kann dieser nicht mehr seine normale Funktion ausüben. Die Auswirkungen reichen dann bis in das letzte Glied der Bewegungskette.

Wird ein Körperbereich in seiner Bewegung eingeschränkt, reichen die Auswirkungen bis ins letzte Glied der Bewegungskette.

Die Bedeutung von Bewegung für die Osteopathie

So nähern wir uns dem Konzept der Osteopathie – jener ganzheitlichen Behandlungsform, die der amerikanische

1 Grundlagen

Arzt Andrew Taylor Still vor über 120 Jahren entdeckt und entwickelt hat. Die Osteopathie weiß um die Bewegungen im menschlichen Körper, im Kleinen wie im Großen, kennt ihre Zusammenhänge. Ob Knochen, Muskeln oder Verdauungsorgan, jeder Bereich des menschlichen Körpers ist – abhängig von seiner Struktur – ständig in Bewegung, kann nur so funktionieren. Deshalb ist in der Osteopathie die Struktur so wichtig. Sie bestimmt die Funktion, die ihrerseits einen großen Einfluss auf die Struktur hat. Struktur und Funktion bedingen sich wechselseitig.

Die Gefäßsysteme spielen eine entscheidende Rolle in der Osteopathie.

Doch Muskeln, Knochen oder andere Bereiche können nicht funktionieren, wenn sie nicht kontinuierlich versorgt werden. Mit Sauerstoff, Nährstoffen und Hormonen über die Blutbahnen, mit reinigender Lymphe über die Lymphgefäße, mit steuernden Impulsen über die Nervenbahnen. Deshalb spielen in der Osteopathie die Gefäßsysteme eine entscheidende Rolle. Sie ermöglichen der Struktur überhaupt erst ihre Funktion.

WISSEN

Was kann die Osteopathie?

Die Osteopathie behandelt keine Krankheiten. Sie geht aber den Ursachen der Krankheiten auf den Grund. Sie »fragt nach«, warum eine Krankheit ausgebrochen ist und was den Organismus bisher daran gehindert hat zu gesunden. In der Regel ist eine Bewegungseinschränkung, eine Restriktion, Ursache der Krankheit. Diese Restriktion wird der Osteopath aufspüren und behandeln. So kann er dem betroffenen Bereich wieder zu seiner natürlichen Bewegung verhelfen, zu seiner eigentlichen Funktion, und so dem Körper die Möglichkeit verschaffen, sich selbst zu heilen. Der Osteopath regt die Selbstheilungskräfte des Patienten an, indem er die Widerstände löst, die der Heilung im Weg stehen.

Osteopathie ist ganzheitliche Medizin.

Dabei ist jeder Mensch verschieden, in seiner Konstitution, seiner Psyche, seiner Lebensweise und seiner Krankheits-

geschichte. Will der Osteopath erfolgreich behandeln, muss er diese unterschiedlichen Aspekte berücksichtigen, den Patienten als Individuum, als ganzen Menschen betrachten. Patentrezepte gibt es in der Osteopathie nicht. Die Osteopathie ist eine ganzheitliche Medizin.

Um seinen Befund zu erstellen und eine individuelle Behandlung durchführen zu können, benutzt der Osteopath vorwiegend seine Hände. Sie sind seine Instrumente, feinfühlig und geschult, mit denen er Bewegungseinschränkungen aufspüren und lösen kann. Andere medizinische Instrumente werden in der modernen Osteopathie nicht gebraucht. Die Osteopathie ist eine sanfte Medizin.



Eine kraniosakrale Technik, am Kopf ausgeführt.

Dem Ungeschulten mag es unwahrscheinlich vorkommen, dass ein Osteopath mit seinen Händen beispielsweise Position, Größe und Bewegung innerer Organe ertasten kann. Andererseits wissen wir etwa von Blinden, dass sie die für uns kaum wahrnehmbaren Zeichen der Brailleschrift, etwa auf Geldscheinen, genau »lesen« können.

Osteopathie ist sanfte Medizin.

Korrektur Befund und erfolgreiche Behandlung setzen die genaue Kenntnis vom Bau und den Lebensvorgängen des menschlichen Organismus voraus. Ein Osteopath ist des-



Wo die Osteopathie helfen kann

Lesen Sie im Folgenden, welche Probleme, Beschwerden und Krankheiten sich in der Regel osteopathisch gut behandeln lassen. Obwohl oftmals eine Zusammenarbeit mit einem Schulmediziner stattfindet, wird der Osteopath aufgrund seiner ganzheitlichen Betrachtungsweise und der zum Teil unterschiedlichen Gewichtung anatomischer und physiologischer Zusammenhänge bei einigen dieser Krankheitsbilder nach ganz anderen Ursachen suchen und andere Genesungserfolge anstreben. Die Osteopathie ist vor allem auch eine präventiv arbeitende Medizin, die Beschwerden bereits in Form von funktionellen Störungen entdeckt und behandelt, bevor diese klinische Symptome zeigen. Das sollte bei der folgenden Beschreibung unterschiedlicher Indikationen stets in Erinnerung bleiben.



Behandlung des
Kiefergelenks

verschwinden. Der Osteopath wird auch die Muskulatur des Kiefers behandeln, da sie die Mechanik des Bisses entscheidend beeinflusst.

Übungen für den guten Biss, die der Patient zu Hause durchführt, ergänzen die osteopathische Therapie. Und regelmäßige Bissabdrücke durch den Zahnarzt ermöglichen eine gute Verlaufskontrolle.

Zusätzlich zur osteopathischen Behandlung führt der Patient selbst Bissübungen durch.

Asthma

Zu den häufigsten chronischen Erkrankungen im Kindesalter zählt das Asthma. Fast jedes zehnte Kind ist davon betroffen. Asthma entwickelt sich meist zwischen dem vierten und fünften Lebensjahr, oft auch als Folgeerscheinung immer wiederkehrender Bronchitiden im Kleinkindalter. Asthma tritt als lang anhaltender Husten oder anfallsartig auf, kann zu richtiger Atemnot führen und ist am schweren Ausatmen und dem typischen Pfeifgeräusch zu erkennen. Es entsteht meist, wenn die Bronchialschleimhaut überempfindlich auf virale Entzündungen der Atemwege, Allergie auslösende Stoffe, körperliche Anstrengung

Fast jedes zehnte Kind ist von Asthma betroffen.

3 Anwendungen

oder chemisch-physikalische Reize reagiert. Die Bronchialschleimhaut bildet dann vermehrt Schleim, verstopft die Bronchien, und die Atemmuskulatur verkrampft.

Info

Behandlung des Asthmas

Gegen Atemnot helfen Bronchien erweiternde Sprays mit Sofortwirkung. Eine Langzeitbehandlung (Dauertherapie) wird meist mit Tabletten und Sprays durchgeführt. Der Auslöser des Asthmas sollte, soweit möglich, erkannt und vermieden werden.

Die osteopathische Behandlung des Asthmas geht über die Untersuchung des gesamten Lungenbereichs weit hinaus.

Asthma ganzheitlich betrachtet

Wenn die Atemmuskulatur verkrampft und die Bronchialschleimhaut zu viel Schleim bildet, liegen Funktionsstörungen im Bereich der Atemwege vor. Der Osteopath untersucht daher den gesamten Lungenbereich, um hier Funktionsstörungen zu behandeln. Die osteopathische Behandlung des Asthmas reicht aber viel weiter.

Wehrt der Organismus fremde Stoffe ab, so erfolgt diese Abwehrreaktion zu großen Teilen im Bereich des letzten Dünndarmabschnitts. Hier sitzen im Bindegewebe die lymphatischen Abwehrzentren, in denen die Immunglobuline (Antikörper) gebildet werden.

Zu einer allergischen Reaktion wie dem Asthma kommt es, wenn das lymphatische Abwehrsystem auf einen bestimmten Stoff, das Allergen, überempfindlich reagiert. Es produziert dann zu viel Immunglobulin E (IgE). Die Ursache hierfür kann zum Beispiel in einer schlechten Zusammenarbeit der natürlichen Darmflora mit dem lymphatischen Abwehrsystem liegen. Auch können angesammelte Giftstoffe (Toxine) im Bereich des lymphatischen Abwehrsystems sowie dessen mangelnde Beweglichkeit dazu beitragen, dass zu viel IgE produziert wird.

Bei Asthma oder anderen allergischen Erkrankungen wie Neurodermitis, Heuschnupfen oder Nahrungsmittelunverträglichkeit untersucht der Osteopath deshalb das lymphatische Abwehrzentrum am Ende des Dünndarms sowie andere Abwehrzentren, beispielsweise die Milz, und behandelt diese bei Bedarf.

Asthma als Stoffwechselstörung

Asthma hat seine Ursachen nicht nur in einem allergisch reagierenden Immunsystem, sondern auch in einem gestörten Stoffwechsel. Um diesen zu behandeln, wirkt der Osteopath hauptsächlich auf das vegetative Nervensystem ein, das den Stoffwechsel steuert. Dazu behandelt er die Brustwirbelsäule, vor der wichtige Nervenpunkte des Sympathikus liegen, genauso wie die Rippen mit ihren Gelenken an Wirbelsäule und Brustbein und das Brustbein selbst. Für den Parasympathikus setzt der Osteopath an der Schädelbasis an und folgt mit seinen Techniken dem Verlauf des Eingeweidenerivs entlang den Halsfaszien bis hin in den Mittelfellraum. Auch das Becken wird behandelt, denn hier sitzt ein wichtiges parasympathisches Zentrum.

Zur Asthmabehandlung wirkt der Osteopath hauptsächlich auf das vegetative Nervensystem ein.

Neben das den Stoffwechsel steuernde vegetative Nervensystem untersucht und behandelt der Osteopath auch Magen und Darm, weil hier der Stoffwechsel hauptsächlich stattfindet. So kann er eine optimale Aufnahme und Verwertung der Nahrung sicherstellen.

Info

Darm und Lunge

Asthma entsteht möglicherweise auch aufgrund einer schlecht funktionierenden Darmschleimhaut. Den Zusammenhang liefert die embryonale Entwicklung. Die Darmschleimhaut und die Bronchialschleimhaut entstammen beide dem inneren Keimblatt. Eine Funktionsstörung der

3 Anwendungen

Darmschleimhaut kann über neurologische oder hormonelle Rückkopplung mit der Zeit auch die Bronchialschleimhaut verändern und Asthma begünstigen.

Überhaupt kann der Darm die Lunge beeinflussen. Ist er zu sehr angespannt, drückt er das Zwerchfell hoch und beeinträchtigt die Lunge. Fehlt hingegen die richtige Spannung, dann hängt das Zwerchfell zu tief und kann die Lunge nicht stützen. So werden Lungenbeschwerden wie Asthma verstärkt.

Für die Behandlung des Asthmas untersucht der Osteopath nicht nur den direkt betroffenen Brustbereich mit Lungen, Zwerchfell, Rippen und Wirbel, sondern den gesamten Organismus, von der Schädelbasis bis zum Becken, um mögliche Funktionsstörungen aufzuspüren und zu lösen.

Skoliose

Die Wirbelsäule, unser Rückgrat, ermöglicht uns den aufrechten Gang, stützt unseren Rumpf und trägt seine Last. Trotzdem besteht sie, ähnlich einer Kette, aus vielen be-



▲ Der Haltungsapparat ähnelt einem Segelschiff mit Mast und Takelage

weglichen Gliedern, den einzelnen Wirbeln. Das knöcherne Wirbelsäulenstützgewebe und zahlreiche, an den Wirbelkörpern ansetzende Muskeln und Bänder geben der Wirbelsäule ihre Stabilität. Wenn diese Stabilität nicht mehr gewährleistet ist oder wenn auf eine Stelle der Wirbelsäule ein fortwährender großer Zug ausgeübt wird, kommt es zu Veränderungen, die oft mit einer Haltungsschwäche einhergehen. Dabei lässt sich der Haltungsapparat mit einem Segelschiff vergleichen, bei dem die Wirbelsäule dem durchaus elastischen Mast entspricht und die Bänder, Muskeln und Faszienansätze der

Takelage. Sitzt auch nur ein Seil zu locker oder zu fest, beeinflusst das die Ausrichtung der Segel und damit die Stabilität des ganzen Schiffes.

Lang andauernde Haltungsveränderungen können eine Verkrümmung der Wirbelsäule hervorrufen. Haltungsveränderungen haben unterschiedliche Ursachen: Sie können durch Krankheiten ausgelöst werden, die die Knochenstruktur verändern, wie etwa Rachitis oder Morbus Bechterew. Aber auch Verbrennungs- oder Operationsnarben können das Gewebe derart straffen und verändern, dass sich die Wirbelsäule unter seiner Spannung krümmen muss.

Zu den häufigsten Formen der Wirbelsäulenverkrümmung zählt die skoliotische Fehlhaltung oder Skoliose. Mit Skoliose bezeichnet man eine seitliche Verbiegung der Wirbelsäule; dabei sind einzelne Wirbelkörper gegeneinander und in sich verdreht. Dies kann zu Veränderungen des Brustkorbs und der Rippen führen, die an Beweglichkeit und Elastizität verlieren. Lunge und Herz müssen sich dann in Form und Bewegung dem veränderten Brustkorb anpassen. Starke Skoliosen können die Leistungsfähigkeit des Herz-Kreislauf-Systems derart einschränken, dass eine operative Korrektur notwendig wird.

hfo

Ursache unbekannt

Bei etwa 80 Prozent der auftretenden Skoliosen ist die Ursache unbekannt, man spricht dann von »idiopathischer Skoliose«. Sie tritt meist mit dem großen Wachstumsschub in einem Alter zwischen neun und elf Jahren auf, bei Mädchen etwa dreimal so häufig wie bei Jungen.



▲ Untersuchung der Halswirbelsäule im Sitzen

Folgen von Autounfällen

Die Osteopathie dient nicht der Behandlung von Notfällen. Wenn es bei einem Autounfall zu schweren, gar lebensbedrohlichen Verletzungen kommt, ist die Notfallmedizin gefragt. Innere Verletzungen, Knochenbrüche oder stark blutende Wunden müssen schulmedizinisch versorgt werden. Unfallfolgen, die das Leben des Unfallopfers nicht akut bedrohen, sind bei einem Notfall sekundär.

Osteopathie ist keine Notfallmedizin.

Schleudertrauma

Glücklicherweise führen die wenigsten Unfälle zu solchen schwerwiegenden Folgen; meist kommt man glimpflich davon, beispielsweise »nur« mit einem Schleudertrauma. Dabei wird der Kopf mit seinem relativ hohen Eigengewicht durch das abrupte Abbremsen oder Auffahren erst stark nach vorn und dann nach hinten geschleudert. Da dieser Vorgang schnell und unerwartet erfolgt und dabei hohe Beschleunigungskräfte auf den Kopf einwirken, kann die Hals- und Nackenmuskulatur diese plötzlichen Bewegungen nicht abbremsen. Die Beschleunigungskräfte treffen so mit voller Wucht auf Muskeln, Bänder, Halswirbel, Schluck- und Sprechapparat und schlimmstenfalls sogar auf das Rückenmark.

Ein so genanntes unkompliziertes Schleudertrauma zeigt sich als Verstauchung der Halswirbelsäule durch Zerrung der Bänder. Die Halswirbelsäule verliert so ihre normale Stabilität. Die Hals- und Nackenmuskulatur gleicht diese verlorene Stabilität durch Anspannen aus. Sie kompensiert die verloren gegangene Funktion anderer Strukturen und übernimmt eine Aufgabe, für die sie eigentlich nicht zuständig ist. Ihre Funktion besteht nämlich in der feinen Steuerung der Bewegungen des Kopfes. Die neue Aufgabe überfordert die Muskulatur, Verspannung folgt der ständigen Anspannung. Die Durchblutung wird dabei reduziert und die Arbeit der Muskulatur zusätzlich beeinträchtigt.

Die Funktion der Hals- und Nackenmuskulatur besteht in der feinen Steuerung der Bewegungen des Kopfes.

3 Anwendungen

WISSEN

Weitere Auswirkungen eines Schleudertraumas

Betroffen sind aber nicht nur Kopf und Nackenmuskulatur, sondern auch Faszien, Muskeln und Bänder, die Teile des Atem- und Schluckmechanismus verantworten, da diese ihren Ursprung an der Schädelbasis haben. Ein Schleudertrauma kann daher auch Atmung und Schlucken beeinträchtigen. Sogar Speiseröhre, Magen und Herzbeutel sind manchmal betroffen, da Faszien sie mit der Schädelbasis verbinden, und Faszien leiten Spannungen gut weiter.

Diese Beispiele machen deutlich, welche weit reichenden Folgen ein Schleudertrauma haben kann. Zur Behandlung wird die Halswirbelsäule schulmedizinisch meist mit einer Halskrause ruhig gestellt. Andere Auswirkungen, wie etwa Schmerzen in Schulter und Armen, bleiben unberücksichtigt, wenn sie nicht offensichtlich sind.

Schmerzen machen sich bemerkbar. Die verspannte Muskulatur beeinflusst auch alle anderen Strukturen, die durch diese Muskelzone ziehen, insbesondere die beiden Arterien, die von vegetativen Nervenfasern umwoben sind, aus der Halswirbelsäule kommen und in den Schädel hineinführen. Kopfschmerzen, Schwindel, Sehstörungen und Übelkeit können folgen.

Auch aus osteopathischer Sicht führt die zeitweilige Ruhestellung der Halswirbelsäule zu einer Entspannung der Nackenmuskulatur und einer Normalisierung der gezerzten Bänder. Soweit sie eingetreten waren, bleiben jedoch die Spannungen der Faszien, ihre Auswirkungen auf andere Körperregionen und die Beeinträchtigung der Atem- und Schluckmechanismen bestehen. Nach einer genauen Untersuchung von Halswirbelsäule und Kopfgelenken wird der Osteopath daher auch diese Bereiche überprüfen und gegebenenfalls behandeln.

Behandlung der Brustwirbelsäule



Mögliche Folgen für Becken und Wirbelsäule

Die Beschleunigungskräfte eines Autounfalls beschränken sich nicht nur auf Kopf und Hals. Sie wirken auf den gesamten Körper ein. So bleibt es selten nur bei einem Schleudertrauma. Beim Aufprall wird der Fahrzeuginsasse meist aus seinem Sitz gehoben und recht heftig wieder zurückgeschleudert. Die Landung erfolgt oft asymmetrisch auf einem der beiden Sitzknochen. Das Becken kann sich dadurch in sich verschieben. Haltungsprobleme können die Folge sein, weil das Becken das Fundament für die Wirbelsäule bildet und die Verbindung zwischen Rumpf und Beinen herstellt. Auch die inneren Organe, die am Becken befestigt sind, können durch das verschobene Becken unter Zug geraten, ihre Bewegungsachsen können sich verändern und die Organe damit in ihrer Funktion beeinträchtigt werden.

Die Beschleunigungskräfte eines Autounfalls wirken auf den gesamten Körper ein.

Eine gleichmäßige »Landung« wirkt sich dagegen eher auf die Wirbelsäule aus. Durch die sitzende Haltung kommt die Abfederungsfunktion, die im doppelt-s-förmigen Aufbau der Wirbelsäule begründet ist und in der Senkrechten wirkt, nicht zur Entfaltung. Die Wirbelsäule kann daher über das Kreuzbein in ihrer vollen Länge gestaucht werden. Betroffen werden davon Wirbel, Bänder, Muskulatur und die spinale Dura mater. Ändert sich deren Zug, wirkt sich das bis in den Schädel hinein aus, mit möglichen Folgen für Hirnnerven und primäre Respirationsbewegung.

Wenn die inneren Organe betroffen sind

Schwerer wiegende Verletzungen, etwa der inneren Organe, müssen wie beschrieben erst schulmedizinisch behandelt werden. Sie entstehen meist durch den lebensrettenden Sicherheitsgurt, der die Beschleunigungsenergie direkt in den Körper überträgt.

Stichwortverzeichnis

- Abbrech-Schmerz 132 f
 Abdruck 38 f, 58, 65, 133, 146
 Abwehr 60
 Abwehrreaktion 112
 Abwehrzentrum, lymphatisches 112 f
 Adhärenz s. Verklebung
 Adressen 198 ff
 Aggressivität 163
 Akademie für Osteopathie 188, 197, 203
 Allergie 111 ff
 Anamnese 75, 203
 Angina pectoris 168
 Anpassung 79, 203
 Antigen-Antikörper-Reaktion 159
 Antikörper 112, 159, 165
 Anwendung 102 ff
 AOB (Allgemeine osteopathische Behandlung) 91, 203
 Arterie 21, 23
 Arzt 189
 Ärztenverband, osteopathischer 196
 Asthma 111 ff
 Asymmetrie 68 f, 80, 103 f, 204
 Atembewegung 32, 40, 43
 Atemhilfsmuskel 137
 Atemnot 111
 Atemrhythmus 54
 Atlas 88, 105
 Aufstoßen 149
 Auge 44, 106
 Autoimmunkrankheit 159
 Automatismus 40 f, 47, 54
 Autounfall 139 ff
 Bandscheibe 53
 Bandscheibenvorfall 129
 Baucharterie 152
 Becken 89
 – verdrehtes 108, 135
 – verschobenes 141
 Beckenboden 119, 123, 204
 Befunderhebung 78, 138, 203, 213
 Behandlung, osteopathische 77, 177 ff, 204
 – – allgemeine 91, 203
 – – Patientenverhalten 96 f
 – – vorbereiten 88 f
 – – Ziel 87
 Behandlungsdauer 98 f
 Behandlungstechnik
 – kraniosakrale 95 f
 – myofasziale 93
 – osteopathische 91 ff
 – strukturelle 93 f, 216
 – viszerale 93, 217
 Beinnerv 105 f, 136, 204
 Beschwerden 77
 Beweglichkeit wiederherstellen 87 ff, 94
 Bewegung 10 ff, 27, 36 f, 40
 – peristaltische 41
 – veränderte 63 ff
 – willentlich gesteuerte 81
 Bewegungsapparat 34 ff
 Bewegungseinschränkung 12, 23 f, 42 f, 89 f, 204
 – Folge 48 f, 57 f
 Bewegungskette 11, 204
 Bewegungstest 80, 204
 Bindegewebe 56
 Bindegewebsschwäche 149
 Biorhythmus, gestörter 104
 Blähungen 104, 149, 151
 Blase, Senkung 123
 Blasenentleerung 119
 Blasenfunktion 119 f
 Blinddarmnarbe 118, 147 f
 Blutbildung 35
 Blutkreislauf 21 f
 Bronchialschleimhaut 111 ff
 Bronchitis 111, 137
 Brustkyphose 50
 Brustwirbelsäule 135

 Chinesische Medizin 96
 Chiropraktik 94, 177, 205

 Darm 113 f
 Darmbakterien 151, 153
 Deutsche Gesellschaft für osteopathische Medizin 188, 193, 197, 205
 Diagnose 205
 Dickdarm 130, 146 f, 153 f
 Dopamin 170 f
 Dorsalkyphose 53
 Dreimonatskolik 103
 Dünndarm 57, 131, 152 f
 Dura mater 46 f, 49, 55, 95, 108, 206
 – – spinale 119, 127
 Durchschlafstörung 105

 Eierstock 117, 146
 Einfluss 59 ff, 206
 Eingeweidenerv 104, 113, 151, 206
 Einnässen 163
 Einschlafstörung 105
 Embryonalentwicklung 55 ff
 Energiefluss 96
 Energiezyste 96, 206
 Entbindung 77, 120, 123
 Entspannungsmethode 126
 Entzündung 145

- Ernährung 162
 Exspir-Phase 47, 55, 206
- Faszie 31 f, 37 ff, 206 f
 – Entstehung 56 f
 – Spannung 32, 39, 66, 93, 140
 – Vernarbung 146
 Faszienzug, übermäßiger 108
 Fehlbiss 109 f, 127
 Fixation 42 f, 207
 Flexion 47, 207
 Fremdkörper 183
 Funktion 25 ff, 35 f
 – kompensierende 67
 Funktionelle Störung 58, 62 ff, 84 f, 175, 207
- Galle 152, 156
 Gallenfarbstoff 156 f
 Gallenstein 183
 Gang 79
 Ganzheitlichkeit 32 f, 177 f, 207
 Gebärmutter 117 ff, 133
 – Senkung 123
 Geburt 106, 122 ff
 Gefäß 56, 95
 Gefäßsystem 12, 21 ff, 30
 Geflechtknochen 48, 207
 Gehirn 45 f
 – Durchblutung 125 f, 168
 Gehirn-Rückenmark-Flüssigkeit 46 f, 191, 208
 Gekröse 147 f, 152
 Gelenk 36 f, 208
 – viszerales 41 f, 145, 217
 Gelenkbeweglichkeit 94
 Gelenkigkeit 26
 Geruchssinn 44
 Gesamtelastizität 82, 208
 Gesäßmuskel 130
- Geschlechtshormon 118
 Geschlechtsorgan 39, 56, 117
 Geschmackssinn 45
 Gesundheit 27, 58 f
 Gesundheitswesen 175
 Gewebsveränderung 144
 Gleichgewicht 27 f
 Gleichgewichtsorgan 45
 Gleichgewichtssinn 104
 Gurtrisiko 142
- Halslordose 50 ff
 Halswirbel 49 f
 Halswirbelsäule 103, 136 f, 139
 Haltungsschwäche 114
 Haltungstyp 51 ff, 208
 – anteriorer 52, 86
 – posteriorer 52 f, 87
 Handlungsveränderung 115
 Heilpraktiker 120, 165, 188 f, 208
 Hepatitis 156 ff
 Herz 39
 Herzbeutel 168
 Herzinfarkt 168 f
 Herzoperation 169
 Herzrhythmus 40, 54
 Heuschnupfen 113
 Hinterhauptbein 104 f
 Hirnblutung 167 f
 Hirnhaut s. Dura mater
 Hirnnerv 104, 106, 204, 209
 Hohlvene 142
 Hörsturz 166 f
 Hüftgelenkreife 108
 Hüftmuskel 142
 Husten 111
- Iliosakralgelenk 118
 – Blockade 129 ff
 Immunglobulin 112
- Infektion 70, 166, 183
 Inkontinenz 119
 Inspir-Phase 47, 55, 209
 Ischiasnerv 121, 129
 Ischiasschmerz 129
- Kaiserschnittnarbe 118, 123
 Kallus 166
 Keimblatt 56 f, 113
 Keloid 144
 Kiefergelenk 111, 127
 Kind 90
 Kleinhirn 45
 Knöchelverletzung 85
 Knochen 25, 35
 Knochenbruch 166
 Knochenheilung, verzögerte 165 f
 Knochenmark 35
 Knochennaht 44, 48, 95, 110, 209 f
 Kolik 104
 Kompensation 66 ff, 85, 210
 Kompression 48 f, 104 f
 Kopfhaltung 105 f, 117
 Kopfschmerz 85, 119, 124 ff
 Körperhaltung 50 ff, 86, 126 f, 210
 Körperhöhle 39
 Krampfadern 121
 Kraniosakrales System 54 f
 Krankenkasse 195
 Krankheit 58, 69 ff, 178
 Krankheitsgeschichte 74 ff
 Krankheitsursache 71, 84 ff
 Krankwerden 58, 69 f, 84
 Kreuzbein 50, 83, 95, 118 f
 Kreuzschmerz 118, 129 ff
 – dumper 134 f
- Lamellenknochen 48, 210
 Läsion, primäre 88, 213
 Laxheit 132, 210

- Lebensweise 61 f, 76
 Leber 57, 82, 89, 156
 – entzündete 158
 – Größe 157 f
 – Verletzung 142
 Leistung
 – kassenärztliche 175 f
 – osteopathische 195 f
 Leitungsbahn 21 ff, 30
 Lendenlordose 50 f
 Lendenwirbel 123
 Lendenwirbelsäule, Überbeweglichkeit 130 f
 Lunge 39, 113 f, 137
 – Verletzung 142
 Lymphgefäß 22, 56, 211
 Lymphsystem 24

 Magen 57, 149 ff
 – Senkung 151
 Magensäure 149 ff
 Manipulation 94 f, 211
 Manuelle Medizin 193 f
 Mastdarm 153
 Medizin, ganzheitliche 12, 34
 Menstruationsbeschwerden 118 f
 Milchgebiss 109
 Milz 57
 Mobilisation 94, 211
 Mobilität 53, 64, 81, 211
 Mobilitätstest 82
 Morbus Bechterew 115, 160
 Motilität 41, 64, 81, 212
 Motrizität 64, 81, 212
 Mundhöhle 45
 Muscle-Energy-Technik 91 f, 138, 212
 Muskel 25 f, 37, 56
 – Anspannung 91
 – Tendempunkt 92
 – verkürzter 82, 89
 – verspannter 85
 Muskelkette 142, 212
 Muskelschwäche 132 f
 Muskelspannung, erhöhte 65, 107
 Muskelspasmus 65
 Myom 118, 133

 Nackenproblem 135
 Nahrungsmittelunverträglichkeit 113
 Narbe 79, 115, 134, 143 ff, 169, 212
 Narkose 76, 170
 Nase 44
 Nerv, vegetativer 169
 Nervensystem 56
 – vegetatives (autonomes) 40 f, 54, 113, 151, 154, 217
 Nervosität 151
 Nervus
 – accessorius 105 f
 – glossopharyngeus 104
 – vagus s. Eingeweidenerv
 Neurodermitis 113
 Neutralpunkt 90, 212
 Niere 43, 91
 – Lageveränderung 142
 Nierenstein 183
 Nierentätigkeit 119

 Oddi-Sphinkter 152
 Ohr 106
 Organ, inneres 39 ff, 56 f, 82
 – – Lageveränderung 143
 – – Verletzung 141 f
 Organsenkung 119
 Organspasmus 42 f, 212
 Osteopath 14, 18, 213
 – Ausbildung 187 ff, 195 ff
 – Empfehlungsliste 197 f
 – Verantwortung 120
 Osteopathie 12 ff, 213
 – Ansatz, ganzheitlicher 177 f
 – Definition 190
 – Einsatz der Hände 179 ff
 – Entstehung 176 f
 – Gegenanzeige 183, 207
 – Geschichte 14 ff
 – Grenzen 181 f
 – Grundpfeiler 21, 26, 33
 – Kosten 194 ff
 – Methode
 – – direkte 89 f, 205
 – – indirekte 90, 209
 – Qualitätskriterien 201 f
 – traditionelle 18
 – Vorteil 179
 – Wirksamkeit 192
 – Wirtschaftlichkeit 192 f
 – Wissenschaftlichkeit 190 f

 Palpation 81 f, 181, 213
 Parasympathikus 113, 154 f
 Parkinson 170 f
 Periost 35
 Peristaltik 40 f
 Pfortadersystem 156
 Physiotherapie 116, 132 f, 138, 188, 193 ff, 197 f, 213
 Plexus sacralis 119
 Polyarthrit, chronische 160 ff
 Prävention 63
 Psyche 33, 62, 214
 Ptose s. Senkung

 Qualitätssicherung 188, 214

 Rachitis 115
 Rechtslage 187 ff
 Reflexbogen 154 f, 214
 Reflexzone 83, 214
 Regelschmerzen 118

- Respirationsbewegung,
primäre 46 ff, 54, 179, 191
– – Definition 213
- Restriktion 12, 214
- Rheumaknötchen 161
- Rheumatismus 159 ff
- Rippenfell, Verklebung 147
- Roemheld-Syndrom 150
- Rückenmarksack 119
- Rückenmarksnerv 50, 91
- Saugstörung 103
- Schädel 44 ff
– Asymmetrie 103, 107
– Behandlung, osteopathische 49
– Kompression 48 f, 104 f
- Schädelbasis 44, 48, 104
- Schädelknochen 44, 47 f, 95, 104
- Schädelnaht 44, 48, 95, 110
- Schiefhals 105 ff
- Schlafstörung 105
- Schlaganfall 167 f
- Schleimhaut 56
- Schleudertrauma 139 ff
- Schließmuskel 152
- Schluckmechanismus 137
- Schluckstörung 140
- Schlüsselbein 52, 135 f
- Schlüsselwirbel 53 f, 88, 215
- Schmerz 90, 163, 215
- Schmerzempfinden 125
- Schock 60
- Schreckhaftigkeit 104
- Schreikind 103 ff
- Schulmedizin 173 ff, 181, 190, 215
- Schulterblatt 136
- Schultergürtel 51, 53, 136
- Schulterproblem 135
- Schutzimpfung 157, 165
- Schwangerschaft 77, 104, 106, 120 ff
- Behandlung, osteopathische 122 f
- Kreuzschmerz 133 f
- Schwerkraft 51
- Schwerkraftlinie, zentrale 51, 89, 117, 163, 218
- Schwindelgefühl 135, 140
- Sehstörung 125, 140
- Selbsteilung 30
- Selbsteilungskraft 20, 22, 27 ff, 70, 215
- Senkung 42, 119, 134, 215
– Gebärmutter 123
– Magen 151
- Sigmoid 130, 147, 153 f
- Sinnesorgan 44 f, 61
- Skoliose 49, 114 ff
- Sodbrennen 149 ff
- Somato-emotional-Release 96, 215
- Spasmus 152 f
- Speicheldrüse 152
- Speiseröhre, Spannung 150, 152
- Sphenobasilargelenk 88, 215
- Spuckkind 103 ff
- Stammhirn 46
- Stand 78
- Steißbein 50
- Stoffwechsel 162, 216
- Stoffwechselstörung 113
- Strain-Counterstrain-Technik 92, 216
- Stress 151, 166
- Struktur 25 ff, 35 f, 58, 62 ff
– kompensierende 67
- Strukturelle Störung 77, 84, 175, 216
- Sturz 127, 131
- Sympathikus 113, 154 f
- Symptom 84
- Tenderpunkt 92
- Test
– aktiver 80, 203
– passiver 80, 213
- Therapeut 189
- Thrombose 183
- Tinnitus 166 f
- Torsion 49, 216
- Transportweg 24
- Trauma 127 f, 217
– psychisches 96
- Überbeweglichkeit 85, 130, 131 f, 205, 217
- Unfall 76, 96, 127, 139 ff
- Unterleibsbeschwerden 117 ff
- Unterleibsentzündung 146
- Unterleibsoperation 119
- Untersuchung
– in Bauchlage 83
– manuelle 78 ff, 84
– in Rückenlage 82
– in Seitenlage 83
- Ursache
– primäre 84 ff, 213 f
– sekundäre 84 ff, 215
- Ursachenkette 85
- Vagotomie 151
- Verband der Osteopathen Deutschland 188, 196 ff, 217 f
- Verdauung 104, 148, 154 f
- Verdauungsorgan 39
- Verdauungsproblem 148 ff
- Verhaltensstörung 163 f
- Verklebung 145 ff, 153 f
- Verlangsamung 89, 93, 116, 217
- Verletzung, osteopathische 38, 63 ff
- Verletzungsmuster 86 f, 217



- absteigendes 52, 87
- aufsteigendes 52 f, 87
- Vitalität 217
- Vorbeugung 178 f, 192

- Wadenbein 85
- Wahrnehmung 45
- Wahrnehmungsstörung 106
- Wehen 122
- Weichteilrheuma 160
- Wirbel 49 f
- Wirbelgelenk 53
- Wirbelsäule 45, 49 ff, 114

- Beweglichkeit 53 f, 88 f
- Krümmung 50 f
- Stauchung 141
- Untersuchung 83
- Veränderung 136
- Versteifung 160
- Wirbelsäulenverkrümmung 115
- Wochenbett 124
- Wurmfortsatz 147

- Zahnregulierung 108 ff
- Zentralnervensystem 40, 45 f

- Zittern 170
- Zone, segmentale 91
- Zug 49, 57 f, 65, 108, 133
- Fehlbiss 127
- Gebärmutter 118 f
- Iliosakralgelenk 130 f
- Skoliose 114
- Zwerchfell 39 f, 56, 158
- Spannung 82, 152
- Spannungsverlust 114, 149
- Zwischenwirbelloch 136
- Zwölffingerdarm 152



Hat Ihnen das Buch von Newiger, C. Osteopathie, Sanftes Heilen mit den Händen gefallen?

*zum Bestellen
klicken*

by naturmed Fachbuchvertrieb
Aidenbachstr. 78, 81379 München
Tel.: + 49 89 7499-156, Fax: + 49 89 7499-157
Email: info@naturmed.de, Web: <http://www.naturmed.de>