

Osteopathie

Unter dem Stichwort Osteopathie werden verschiedene manualtherapeutische Behandlungstechniken verstanden, die das Ziel haben, Beschwerden am Bewegungsapparat erfolgreich auf sanfte Art zu behandeln.

Die wesentlichen Therapieformen sind:

1. Cranio-sakrale Osteopathie:

Bei dieser Sichtweise, die maßgeblich auf die Ärzte Southerland und Opledger geht man davon aus, dass Schädelknochen beweglich sind und sich in einem bestimmten Rhythmus gegeneinander verschieben.

Dieser cranio-sakrale Rhythmus von ca. 8 bis 12 Verschiebungen pro Minute entsteht durch die Bewegung des Gehirnwassers und reicht vom Hohlraumssystem des Kopfes über dem Rückenmarkkanal bis zum Steißbein. Bei der cranio-sakralen Technik werden Störungen dieses Rhythmus durch Untersuchung der Schädelknochen und der Steißbeinbeweglichkeit untersucht und behandelt.

2. Muskelenergie-Technik:

Bei der Muskelenergie-Technik (MET) wird durch die gezielte Ansteuerung der Muskulatur ein Lösen verhärteter Strukturen, Mobilisierung von Gelenken, Lösung von Blockierungen, Funktionsverbesserung der muskulären Koordination sowie Schmerzlinderung erreicht.

Bei dieser Technik wird der Patient aufgefordert, aus einer bestimmten Position gegen eine äußere Kraft seinen Muskel in eine bestimmte Richtung zu bewegen. Unter der Vorstellung der Anspannung und reflektorischen Entspannung werden die o.g. Funktionsverbesserungen der Muskulatur erklärt.

3. Counter-Strain-Technik:

Diese wurde in den 1960er Jahren von dem amerikanischen Osteopathen Dr. Lawrence H. Jones entwickelt. Bei dieser Technik bringt der Therapeut den Patienten in eine schmerzfreie Position und baut mit seinen Händen einen Gegendruck ("Counterstrain") in entgegengesetzte Richtung zum schmerzhaften Muskel auf.

Ziel der Technik ist es, die Muskelfaser so zu verkürzen dass sich das Gewebe entspannen kann und die Tenderpoints sich auflösen. Die schmerzfreie Haltung wird für ca. 90 Sekunden beibehalten, bevor der Patient wieder in seine Ursprungsposition zurückgebracht wird.

4. Visterale Osteopathie:

Bei dieser Technik wird davon ausgegangen, dass innere Organe durch Faszien und Bänder in ihrer anatomischen beweglichen Umgebung gelagert sind. Bei Verspannungen dieser Bänder und Faszien wird die Beweglichkeit der Organe beeinträchtigt und es können Funktionsstörungen entstehen, die sich in Form von Reflexbögen auch durch Störungen am Skelettsystem bemerkbar machen.

Durch sanfte, geführte Druck- und Gleittechniken, die kaum gespürt werden, werden krankhafte Mechanismen aufgelöst und die Mobilität der Organe wiederhergestellt. Auswirkungen können dabei auch am Skelettsystem als verminderter Schmerz empfunden werden. Die osteopathischen Techniken können auch mit anderen manualtherapeutischen Maßnahmen jederzeit frei kombiniert werden.

"Diese Behandlungsmethode ist eine neue Therapie. Vor diesem Hintergrund besteht in der Wissenschaft noch Diskussionsbedarf. Die Informationen basieren auf aktuellen

Forschungshypothesen und Erfahrungen aus der praktischen Anwendung. Aus diesem Grund ist die Osteopathie noch keine offiziell anerkannte Therapie und wird weder von den gesetzlichen noch von den privaten Krankenkassen übernommen. **Im Zweifelsfall fragen Sie bitte persönlich nach."**