



- Informationspapier Osteopathie © Christina Heinze, DO COE -

1. Was ist Osteopathie - ein Überblick

„Osteopathie besitzt die Gabe der heilenden Kraft durch die Natur.“ (A.T.Still)
Osteopathie ist eine eigenständige medizinische Therapieform, begründet von Andrew Taylor Still (1828 -1917) in den USA. Aufgrund persönlicher Erfahrungen, enttäuscht von den Möglichkeiten der damaligen Medizin und geprägt von einer Epoche des Aufbruchs sowie der Entdeckungen, verschrieb sich Still der Entwicklung einer eigenen Methode zur Behandlung von Krankheiten.

A.T. Still war von der Kraft der Selbstheilung und Selbstregulierung jedes lebenden Organismus überzeugt. Aufgrund langjähriger Studien stellte er fest, dass kleinste Fehlstellungen der Knochen zu Irritationen der umliegenden Nerven und Gefäße führen können. Aufgrund dieser Läsionen, vor allem an der Wirbelsäule, kommt es zu Beeinträchtigungen im freien Fluss von Körperflüssigkeiten – und dadurch zu Krankheit.

Still sieht den Osteopathen als Meistermechaniker, der durch manuelle Techniken an Knochen und Gelenken Körperflüssigkeiten wieder zum Fließen bringt, wodurch Selbstheilungskräfte im Menschen wirken können. Der traditionelle Osteopath sucht die Ursachen der Beschwerden und das individuelle Gesundheitspotential im Patienten.

Im Laufe der Jahre haben viele ausgezeichnete Osteopathen die Methode weiterentwickelt und bereichert. So haben sich die drei Säulen des osteopathischen Systems entwickelt: die parietale (Knochen, Gelenke, Muskeln, Faszien), die viszerale (Organe, Nerven, Gefäße) und die kraniosakrale (körpereigener Rhythmus, der durch die Bewegung von Flüssigkeiten entsteht). Diese werden nicht getrennt voneinander betrachtet, sondern bilden stets eine Einheit. Bei der Behandlung geht es stets um die Beseitigung der Ursachen von Beschwerden, und nicht um deren Symptome.

Genauere Kenntnisse von Anatomie und Physiologie bilden die Grundlage der osteopathischen Behandlung und erfordern ebenso wie die Spürfähigkeit und Sensibilität der Hände eine fundierte professionelle Ausbildung. Spürfähigkeit und Sensibilität in der Hand eines Osteopathen entwickeln sich vergleichbar der von blinden Menschen, die damit lesen und ihre Umgebung wahrnehmen können.

In einer stetig wachsenden Zahl europäischer Länder ist die Osteopathie bereits anerkanntes Berufsbild. Die Ausbildungsstandards der Mitgliedsschulen der BAO, vgl. <http://www.bao-osteopathie.de/> sind sehr anspruchsvoll.

Neben dem naturwissenschaftlichen Aspekt (Anatomie, Physiologie, Biochemie, Physik) als Grundlage, legt die Osteopathie Wert auf den philosophisch spirituellen Aspekt des Lebens und erkennt übergeordnete Heilmechanismen im Menschen an. Diese sind im Praxisalltag sehr wohl nutzbar, entziehen sich zum Teil jedoch einer exakten Beschreibung. „Osteopathie vertraut der Natur“. (A.T.Still)



2. Wie arbeitet der/die Osteopath/in

“Gesundheit zu finden sollte das Anliegen eines Osteopathen sein.“ (A.T.Still)

Osteopathie ist Diagnose und Therapie mit den Händen als spezifisch ausgebildetem Instrumentarium. Zur Erlangung dieser manuellen Meisterschaft ist eine fundierte professionelle Ausbildung auf Grundlage genauester Anatomie- und Physiologie-Kenntnisse notwendig. Diese ermöglicht das Aufspüren möglicher Ursachen vielfacher Beschwerden wie:

- Beschwerden im Wirbelsäulen- und Gelenkbereich (Meniscusläsionen, Distorsionstraumen, Schulterschmerzen, Tendinitis, Coccygodynie etc.)
- neurologischen Erkrankungen (Migräne, Kopfschmerz, Bandscheibenvorfall)
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Tachykardien, Hyper-/Hypotonien)
- Beschwerden im Magen-Darm-Bereich (Reizdarm, Gastritis, ösophagealer Reflux)
- Gynäkologische/Urologische Erkrankungen (Inkontinenz, Reizblase, Organsenkung)
- Hals-Nasen-Ohren-Erkrankungen (Sinusitis, Tubenkatarrh, Tinnitus)

Während der ersten Konsultation wird eine eingehende Anamnese, ein umfassender Befund erstellt. Hierbei werden sowohl aktuelle Beschwerden und Anliegen als auch die individuelle Lebensgeschichte berücksichtigt. Danach erfolgt eine ausführliche manuelle Untersuchung des Körpers.

- Durch Verletzungen, Operationen, Krankheiten, und auch durch ein seelisches Trauma können sogenannten Läsionen oder Schädigungen unseres Körpergewebes entstehen. Körpergewebe wird unbeweglich und ist blockiert.
- Aus Anamnese und Untersuchung ergibt sich der Befund. Die Schädigungen und Läsionen, häufig Ursache von Beschwerden, werden aufgespürt und ergründet. Mittels der osteopathischen Techniken werden sie funktionell, chiropraktisch und kraniosakral behandelt.
- In der Tiefe liegendes Körpergewebe wird wieder frei beweglich. Das wiederum führt zu einer Vielzahl von Reaktionen wie vermehrter Zellatmung, Anregung von Nervengewebe, Entspannung von Bändern, Faszien- und Muskelketten, Austausch von Elektrolyten und Flüssigkeiten. So erlangt der Organismus die Möglichkeit gesund zu werden.



- Für die ersten Behandlungen empfiehlt sich ein wöchentlicher Rhythmus, danach sind Abstände von drei bis vier Wochen zur Entfaltung der angestoßenen Prozesse ausreichend.
- Nach einer Behandlung fühlen sich Patienten meist entspannt und gelöst. Eventuell verspüren sie aber auch einen leichten Muskelkater oder erleben eine sogenannte ‚Erstverschlechterung‘, die ein Zeichen für die im Körper angestoßenen Prozesse ist.
- Bei Krebserkrankungen bietet sich Osteopathie nach abgeschlossener medizinischer Therapie in der Phase der Rekonvaleszenz an.
- Ärztliche Befunde gehören zur Therapie und müssen vor allem bei persistierenden Beschwerden eingeholt werden.

© Christina Heinze DO COE 2017