



## Wie läuft eine Osteopathische Behandlung ab?

Aus rechtlichen Gründen wird darauf hingewiesen, dass in der Benennung der beispielhaft aufgeführten Anwendungsgebiete selbstverständlich kein Heilversprechen oder die Garantie einer Linderung oder Verbesserung aufgeführter Krankheitszustände liegen kann. Für den Bereich der Wirbelsäule, z.B. beim chronischen Schmerz-Syndrom der Wirbelsäule geht die Bundesärztekammer in der Regel von einer Wirksamkeit osteopathischer Behandlungen aus (Deutsches Ärzteblatt 2009, Seite 2325 ff.) Im Übrigen gibt es bislang keine Studien die in wissenschaftlicher Hinsicht die Wirkungsweise der Osteopathischen Medizin bei den unten aufgeführten Krankheitsbildern nachweisen.

### **Erhebung der Vorgeschichte:**

Aktuelle Beschwerden:

Bei der osteopathischen Krankheitsvorgeschichte sind nicht nur die aktuellen Beschwerden des Patienten wichtig. Von großer Bedeutung ist die zeitliche Entwicklung der einzelnen Beschwerden. Wann hat was angefangen und wie hat sich das Beschwerdebild aufgebaut. Der Zeitpunkt der ersten eigentlichen Ursache kann dabei weit zurückliegen und wird oft vom Patienten vergessen, weil zunächst keine Beschwerden bestanden.

Praxisbeispiel:

Ein typisches Beispiel aus der Praxis: Ein Patient kommt in die Sprechstunde wegen chronischer Kopfschmerzen. Vor 10 Jahren Sturz im Winter auf Eisplatte "voll auf den Hintern", nach 1 Jahr zunehmende Rückenschmerzen, seit 5 Jahren Dauerschmerzen zwischen den Schulterblättern und jetzt seit 3 Jahren chronische Nacken- und Kopfschmerzen. Die Ursachenkette beginnt unten im Becken mit einer Beckenverschiebung vor 10 Jahren und wandert dann die ganze Wirbelsäule hoch bis zum Nacken und Hinterkopf. In diesem Fall ist es wichtig nicht nur die Kopfschmerzen des Patienten zu behandeln sondern die dahinter liegenden Ursachen (Becken, BWS) zu erforschen und auch zu behandeln, damit der Patient langfristig beschwerdefrei wird.

Die wichtige Rolle von Unfällen (Traumen):

In der Vorgeschichte sind Traumen von großer Bedeutung. Unter Traumen versteht man plötzliche körperliche oder seelische Schädigungen, die durch ein akutes Ereignis aufgetreten sind. Häufig sind massive Stürze z. B. auf den "Hintern", auf den Kopf, auf den Brustkorb, aber auch schwere Prellungen z. B. von Armen oder Beinen, Prellungen vom Brustkorb und dem Schädel. Häufig haben die Patienten im Rahmen von Unfällen (beim Sport in der Freizeit, mit dem Rad, mit dem Auto usw.) Traumen an verschiedenen Körperregionen erlitten. Diese Traumen werden in den folgenden Jahren meistens vergessen, sind aber der eigentliche Ursprung der späteren chronischen Beschwerden. Seelische Traumen, wie z. B. Todesfälle oder andere Verlustreaktionen können neben psychischen Störungen auch körperlichen Funktionsstörungen (z. B. Zwerchfell) auslösen.

### **Osteopathische Untersuchung:**

Voraussetzungen:

Bei einer Osteopathischen Untersuchung wird grundsätzlich der ganze Patient untersucht und nicht nur die Körperregion, in der Beschwerden bestehen. Der Patient muss sich daher immer bis auf die Unterwäsche ausziehen.

Untersuchungsablauf:



Zunächst untersucht der Arzt die Gesamtkörperspannung des Patienten im Stehen, um festzustellen, in welcher Körperregion die größten Spannungen vorliegen. Anschließend wird mit einem standardisierten Programm der ganze Körper untersucht, insbesondere die Arme, Beine, Becken, LWS, BWS, HWS, der Brustkorb, die Bauchregion und der Schädel. Es erfolgen Untersuchungen im Stehen, Sitzen und Liegen. Aufgrund dieser Untersuchung entsteht ein Gesamtbild, in welchen Körperregionen welche Funktionsstörungen vorliegen. Die gesamte Untersuchung erfolgt mit den Händen des Arztes, dabei werden verschiedene Bewegungstests durchgeführt und die Spannung der Gewebe mit den Fingerkuppen erspürt.

### **Osteopathische Therapie:**

Grundsätze:

Bei der Osteopathischen Therapie legt der Arzt zuerst fest, mit welcher Körperregion und mit welcher Funktionsstörung er beginnt. Richtschnur ist dabei das Gewebe des Patienten und die jeweilige momentane körperliche und seelische Verfassung des Patienten. Dies bedeutet, dass bei jeder Behandlung ein individuelles auf den Patienten abgestimmtes Vorgehen notwendig ist. Es gibt in der Osteopathie keine schematischen Behandlungen, jeder Patient wird daher vor jeder Behandlung nach diesen Prinzipien untersucht werden.

Behandlungsmethoden:

Alle osteopathischen Behandlungsmethoden sind manuell, d. h. es wird ausschließlich mit den Händen behandelt. Grundsätzlich gibt es in der Osteopathie drei große Behandlungsbereiche:

Bewegungsapparat (Parietales System):

Osteopathische Techniken mit denen vor allem die Wirbelsäule, die Extremitäten und die Gelenke behandelt werden. Beispiele sind Manipulation, Muskelenergietechniken (MET), Techniken die sich mit Faszien beschäftigen Myofaszial, Functional, Counterstrain.

System der Behandlung innerer Organe (Viscerales System):

Bei den visceralen Methoden wird der gesamte Bauchraum mit den Baucheingeweiden mit den Händen behandelt.

Craniosacrales System:

Beim craniosacralen System wird der Schädel mit den Hirnhäuten und Nerven behandelt. Alle genannten Behandlungsmethoden sind in Kurzform auf der Webseite dargestellt, siehe Stichwort Osteopathische Behandlungsmethoden.

### **Therapiedauer**

Basisserie:

Eine osteopathische Behandlung dauert in der Regel zwischen 20 und 30 Minuten, in schwierigen Fällen auch länger. Nach der Grundbehandlung ist eine individuelle Ausrichtung notwendig. Im Regelfall kann mit 3 Behandlungen im Abstand von 1 - 3 Wochen eine gute Stabilisierung erreicht werden. In schwierigen Fällen wird die Basisserie auf 6 - 8 Sitzungen erweitert. Sollte damit keine wesentliche Verbesserung der Erkrankung erreicht werden, muss die Indikation zur Osteopathischen Therapie und ggf. sind andere Therapiewege einzuschlagen. Eine schulmedizinische Abklärung sollte insb. bei chronischen Beschwerden vorausgehen. Osteopathische Ärzte verbinden ihre schulmedizinische Erfahrung mit der osteopathischen Vorgehensweise.

Kontrollen:

Nach Abschluss der Behandlungsserie sollte eine erste Kontrolle in 3-4 Monaten erfolgen. Je nach Krankheitsbild erfolgen dann weitere Kontrollen in 4-6 Monaten.