

Osteopathie

Die Osteopathie ist eine manuelle Therapieform, sie stellt im wahrsten Sinn des Wortes eine **Behandlung** dar. Mit ihr lassen sich alle Formen tastbarer Bewegungseinschränkungen sowohl am Bewegungsapparat, der inneren Organe als auch des Nervensystems behandeln. Ziel einer Behandlung ist es, die entscheidenden Faktoren von Bewegungseinschränkungen, unter Berücksichtigung der körperlichen Ganzheit zu finden und zu beseitigen. Auf Grund der sanften Behandlungstechniken sind diese Behandlungen in jedem Alter möglich, vom Säugling (Koliken, Kiss Syn., Skoliosen) bis ins hohe Alter z.B. Bandscheiben-, Gelenk-, Kopf-, Rückenschmerzen, Tinnitus, Epicondylitis, Schulter-Arm- und Karpaltunnelsyndrom. Entwickelt wurde die Osteopathie in der 2. Hälfte des 19. Jahrhunderts von dem amerikanischen Arzt Andrew Taylor Still (1828–1917).

Für ihn war die **Behandlung** eines Menschen mehr als ein rein routinemäßiges „Verarzten“. A. T. Still: „Mein Ziel ist, dass der Osteopath philosophisch denkt und die Ursache sucht.“

Er wußte, dass er dazu den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele sehen und behandeln muß. Er erkannte, dass Ursache und Wirkung (Symptom) nicht zwangsläufig den gleichen Ort heimsuchen, sondern oft über verschlungene Wege miteinander verbunden sind.

Der große Verdienst Stills bestand eben darin, die allgemeinen und philosophischen Voraussetzungen für eine, den ganzen Menschen mit all seinen Gedanken und Gefühlen betrachtende, wissenschaftliche Medizin zu schaffen. Eine Medizin, die sich nicht (nur) auf Apparate verläßt, sondern in erster Linie auf erworbenes Wissen und die geschulte Hand des Therapeuten. Die hochsensible Hand ist es, die den Osteopathen zu dem macht was er ist. Von W. G. Sutherland, einem Schüler Stills, stammt der berühmte Ausspruch: „Arbeite mit fühlenden, sehenden, denkenden und wissenden Händen“.

Zurück zur Philosophie der Osteopathie. **Zu den wichtigsten Prinzipien gehören:**

1. Den Körper als Einheit zu sehen anstatt einzelne erkrankte, nicht mehr funktionierende Teile reparieren zu wollen. Der Mensch ist viel mehr als die Summe seiner Einzelteile. Jetzt dürfen Körper, Geist und Seele gleichwertig nebeneinander stehen und auch gleichen Anspruch auf Fürsorge und Achtsamkeit stellen. Denn das Eine kann ohne das Andere nicht gesunden. Das Revolutionäre dabei ist nicht die Erkenntnis, sondern seine Formulierung als wissenschaftlicher Grundbaustein einer neuen Medizin.

2. Der Körper verfügt über Selbstheilungskräfte. Diese anzuregen und in ihrer Funktion zu optimieren ist erklärtes Ziel eines Osteopathen. Nicht etwas reparieren, sondern die Funktionen des Körpers in ihrem gemeinsamen Zusammenspiel dort zu unterstützen, wo sie ihre Arbeit allein nicht schaffen.

3. Der Mensch und nicht die Krankheit stehen im Mittelpunkt. Ein ganz entscheidender Punkt, der die Osteopathie von der westlichen Schulmedizin trennt, dafür aber mit der Homöopathie verbin-

det. Hier zeigt sich wieder einmal, dass tiefes humanistisches Anliegen auch Einzug in die Grundprinzipien einer wissenschaftlichen Medizin halten kann.

4. Das Gesetz der Arterie. Die Durchblutung ist eine allen Geweben zugrundeliegende Gemeinsamkeit. Das Blut als flüssiges und bewegtes Organ verbindet letztendlich alles mit allem. Es transportiert nicht nur Nährstoffe, Wasser und Stoffwechselprodukte, sondern auch Hormone und damit dient es auch als Informationsorgan. Ein andauernder Bewegungstau hat hier oft vielfältige Konsequenzen für den gesamten Körper. So unterliegt gerade dieses Prinzip dem berühmten Satz A. T. Stills „Bewegung ist Leben und Leben heißt Bewegung!“

Da Still immer den ganzen Menschen sah, ist klar, dass hier nicht schlicht die Bewegungen der Gelenke gemeint sind, sondern dass es hier um Bewegungen bis ins Kleinste hinein geht, wie dem Stoffwechsel, den Nervenimpulsen und dem Blut- und Lymphfluß.

Ein ganz anderer, aber nicht unerwähnt bleibender Verdienst A. T. Stills ist es, dass es seine Osteopathie Schule war, die als erste medizinische Einrichtung in den USA Frauen zugelassen hat. Ganzheit auch als Gleichberechtigung der Geschlechter. Der Mensch ist nun aber doch ein zu komplexes Wesen, als dass er mit all seinen Beschwerden und möglichen Bewegungseinschränkungen über einen therapeutischen Kamm geschoren werden könnte. So entwickelten sich mit der Zeit für jedes der großen Systeme des Körpers spezielle diagnostische und Behandlungstechniken, die immer durch die Betrachtung der Ganzheit des Menschen verbunden bleiben.

Die parietale Osteopathie - hier wird das Fundament der Behandlung gebaut sowie für Statik und Festigkeit gesorgt. Sie ist die Behandlungsform für Bewegungseinschränkungen, die ihre Ursache hauptsächlich im Bereich von Muskeln, Knochen und Gelenken haben. Die Bandbreite der zur Verfügung stehenden Gelenktechniken ist sehr groß und reicht von feinsten kreisenden Bewegungen bis zum berühmten Knacken. Eine genau so große Vielfalt gibt es an „Weichteiltechniken“ für die Muskulatur.

Die viscerale Osteopathie ist die spezielle Behandlungsvariante für Beschwerden und Bewegungseinschränkungen der inneren Organe. Wenn Beschwerden anderer Systeme zu lange bestehen ohne behoben zu werden, verlagern oder verbreiten sie sich häufig auch auf die inneren Organe. Hier helfend eingreifen zu können verlangt wiederum ein ganz spezielles Wissen und besonderes Einfühlungsvermögen.

Die cranio-sacrale Osteopathie ist die von W. G. Sutherland Anfang der dreißiger Jahre des letzten Jahrhunderts entwickelte Methode, welche besondere Feinfühligkeit verlangt und für die Behandlungen des Nervensystems, des Schädels und der Wirbelsäule genutzt wird. Ein erfahrener Therapeut kann hier mit sanftesten Impulsen oft erstaunliche Ergebnisse erzielen. Hier gilt es bei dem Dialog mit dem Körper nicht zu schreien sondern zu flüstern. Deshalb ist diese Form der Behandlung bei Kindern ganz besonders beliebt.

Und es kommt schon vor, dass sie dabei entspannt einschlafen.

Grundlage der cranio-sacralen Osteopathie ist die Arbeit mit einem sehr feinen Rhythmus, der seinen Ursprung im Gehirn hat und sich über den ganzen Körper ausbreitet. Vergleichbar ist dieser Rhythmus am ehesten mit dem Rhythmus des Herzschlags, der sich über das Blut bis in die Peripherie von Armen und Beinen fortsetzt und dort weit entfernt von seinem Ursprung tast- und meßbar ist.

Wie läuft eine osteopathische Behandlung ab ?

Um den Prinzipien der Osteopathie treu zu bleiben und sowohl ein ausführliches Gespräch, Untersuchung und Behandlung zu gewährleisten, braucht der Therapeut einen entsprechenden Zeitrahmen von einer Stunde, der sich je nach Anliegen in beide Richtungen verschieben kann.

P.S. Übrigens schwappt die Welle der Osteopathie mit der Zeit so stark, dass sich selbst das medizinisch sonst so konservative Deutschland nicht wehren kann und jeder Ärzteverband Weiterbildungen in osteopathischer Medizin anbietet.

So können sich die Enkel A. T. Stills darüber freuen, dass fast 100 Jahre nach dem Tod Stills seine Kunst den Weg nach Deutschland findet.

Guido Rettig, Heilpraktiker