

# Alles Schrott?

Dr. med. Roger Seider D.O., DAOM, Hamm

marks kommen, einer spinalen Stenose. Auch hier kann man durch eine Behandlung mit den Händen keine Korrektur der Computertomographie- oder Kernspintomographie-Aufnahmen erwarten. Der Umbau der körpereigenen Substanz ist zu weit fortgeschritten.

## Entstauen kann helfen

Das heißt jedoch nicht, dass sich in solchen Fällen kein Therapieversuch lohnt, denn häufig gelingt es die subjektiven Beschwerden deutlich zu mindern, trotz weiter bestehender Veränderungen. Dazu bedienen sich Osteopathen verschiedener Lösungswege. Gelingt es beispielsweise, eine Körperregion oder gar den gesamten Körper nachhaltig zu entstauen, so kann wieder mehr arterielles Blut in die Region fließen und sie so mit mehr Sauerstoff versorgen. Liegt eine mechanische Enge vor, so kann eine Entstauung der Venen mehr Raum schaffen, wie bei der oben beschriebenen Einmauerung des Rückenmarks durch sich vergrößernde Wirbelgelenke. Weniger Enge bedeutet dann weniger Druck und in der Folge weniger Schmerzen. Der Körper kann häufig entstaut werden durch die Behandlung des Brustkorbs, des Herzens und der venösen bzw. lymphatischen Abflüsse. Diese Regionen werden in dieser Situation bevorzugt behandelt.

Ähnliches gilt für Krankheiten, die durch Störungen im Nervensystem verschlimmert oder verursacht werden. Wird beispielsweise der 10. Hirnnerv beim Austritt aus der Schädelbasis durch die angrenzenden Schädelknochen gequetscht, so kann es bei den Betroffenen zu anhaltenden Herz- oder Oberbauchbeschwerden kommen. Der osteopathische Behandlungsansatz wäre dann die Balance der Knochen an der Schädelbasis.

## Spannungsketten lösen

Eine dritte Möglichkeit zur Linderung von Beschwerden ist die Korrektur mechanischer Spannungsketten. Ist ein Fersenbein nach einer Verrenkung des Knöchels chronisch blockiert, so bewirkt dies eine Störung im Abrollvorgang des Fußes bei jedem künftigen Schritt. Damit unterliegt die Hüfte der gleichen Seite einem Bewegungsmuster, für das sie nicht konstruiert wurde. Sie verschleißt schneller. Es kommt vorzeitig zur Arthrose. Löst man diese mechanische Verkettung durch Manipulation des Fersenbeins, so kann der weitere Verschleiß gemindert werden. In Verbund mit anderen Maßnahmen gelingt es sogar manchmal die Arthrosebeschwerden zu lindern und so eine Operation zu verhindern.

## Bewegung hilft

In einzelnen Fällen gelingen solche Entlastungen nach wenigen osteopathischen Behandlungen. In der Regel ist jedoch eine längerfristige begleitende Behandlung erforderlich, wenn bereits ein nachweisbarer Verschleiß vorliegt. Meist lässt sich nach 3–6 Behandlungen absehen, ob der osteopathische Behandlungsansatz für die eigenen Beschwerden erfolgversprechend ist oder nicht. Gelingt es, durch die Behandlung wieder eine bessere Beweglichkeit oder Elastizität zu erlangen, so sollte man diese nutzen und sich selbst mehr bewegen. Insbesondere durch ruhige Ausdauerbelastungen wie Spazieren gehen, Walken, gymnastische Übungen oder Schwimmen kann einem erneuten „Einrosten“ vorgebeugt werden. Dabei darf man leichtere Schmerzen in Kauf nehmen, schwere oder anhaltende Schmerzen sind jedoch als Warnung des Körpers zu betrachten. Aktivitäten, bei denen starke Beschwerden auftreten, sollten nicht ohne Rücksprache mit erfahrenen Therapeuten fortgesetzt werden.

**D**a kann man nichts mehr machen. Das ist halt der Verschleiß. Der Lack ist ab!“ So winken viele Patienten ab, die mit Arthrosebeschwerden, Bandscheibenvorfällen, Osteoporose, unkontrolliertem Harnabgang, Senkungsbeschwerden und anderen Erscheinungen des fortschreitenden Alters in die Praxis kommen. Wenn dies jedoch wirklich ihre feste Überzeugung wäre, dann könnten sie sich den Gang zum Arzt oder Therapeuten sparen. Unausgesprochen steckt offensichtlich hinter solchen Äußerungen häufig der Nachsatz „...oder vielleicht doch nicht?!“ Kann die Osteopathie also helfen, wenn der Verschleiß des Körpers schon so offensichtlich geworden ist, dass Bilder oder Laboruntersuchungen einem den Verfall vor Augen führen? Die Antwort ist ein klares und eindeutiges JEIN!

## Grenzen der Osteopathie

Keine seriös arbeitende Osteopathin und kein Osteopath werden versprechen, durch ihre Behandlungen Röntgenbilder zu korrigieren, auf denen beispielsweise ein fortgeschrittener Gelenkverschleiß sichtbar ist mit aufgehobenem Gelenkspalt, Knochenanlagerungen, so genannten Osteophyten, und gelenknahen Knochenzysten. Wenn sich dieser Verschleiß auf die kleinen Gelenke der Lendenwirbelsäule bezieht, kann es zu einer Einmauerung des Rücken-