

Wenn die Blinddarmnarbe Knieschmerzen verursacht Entschlüsseln Sie die geheimen Signale Ihres Körpers

Der ganze Körper ist eine Einheit. Wie Zahnräder sind Muskeln und Nerven, Gelenke und Organe miteinander verbunden. Hakt es an einer Stelle, kann das zu Beeinträchtigungen in anderen Bereichen führen. Narben am Bauch können dann sogar an Rücken- oder Knieschmerzen schuld sein. Und wer denkt bei Bandscheibenproblemen gleich an den Darm? Doch er hängt über die Faszien, das feine Bindegewebe, mit der Wirbelsäule zusammen – und kann sie so in Mitleidenschaft ziehen. Verknüpfungen wie diese sieht die Osteopathie. Darum ist das Ziel der Behandlung, nicht nur Symptome zu behandeln, sondern auch

deren Ursache zu ergründen und zu beseitigen.

Heilende Hände: abtasten, erspüren, lockern

Je nach Spezialgebiet kümmern sich Osteopathen um den Bewegungsapparat, die inneren Organe oder die Verbindung zwischen Gehirnflüssigkeit und Rückenmark. Ein erfahrener Therapeut kennt sich mit allen drei Teilbereichen aus. Im Vorgespräch erfragt er Gewohnheiten und die Krankheitsgeschichte des Patienten, einschließlich Operationen und Unfällen. Diese Daten helfen, mögliche Blockaden zu orten – denn die Ursache der Schmerzen kann zeitlich weit zurück liegen. Dann tastet er die infrage kommenden Partien ab, erspürt die Signale des Körpers, sucht nach Schwachstellen und Spannungen.

Verbindungen herstellen: Alles hängt zusammen

So findet der Osteopath Verklebungen des feinen Bindegewebsnetzes, das Organe und Muskeln umschließt. Die aufgespürten Verhärtungen löst er durch sanftes Dehnen, Ausstreichen, Drücken. Dies soll die Flexibilität der einzelnen Gewebsschichten wieder herstellen. Der Körper gewinnt seine Bewegungsfreiheit zurück, Haltungsschäden werden korrigiert, Lympflüssigkeit und Blut können wieder zirkulieren, den Organismus mit Nährstoffen versorgen. Von Blockaden befreit, kann der Körper regenerieren.

Was Narben mit der Haltung zu tun haben

■ Wenn Verletzungen oder OP-Wunden verheilen, können Gewebsschichten aneinander haften bleiben und so ihre Flexibilität verlieren. Um die Bewegungseinschränkung auszugleichen, reagiert der Körper mit Haltungsveränderungen.

Torsten Liem
Osteopathie-
Schule
Deutschland,
Hamburg



Wie läuft die osteopathische Behandlung ab?

■ „Osteopathen brauchen sensible Hände, die mit dem Körper eines Menschen ‚sprechen‘ können“, erläutert Torsten Liem. „Der Organismus wird behutsam unterstützt, sich selbst zu helfen.“

Buch-Tipp



Osteopathie
Torsten Liem
und Christine
Tsolodimos,
Trias Verlag,
12,99Euro

Nachgewiesene Wirkung der sanften Heilmethode

Osteopathie setzt vor allem auf die Selbstheilungskräfte des Menschen und nutzt physikalische Abläufe im Körper.

Erfolge erzielt sie nachweislich bei Rücken- und Spannungskopfschmerzen, Fehlhaltungen, Zähneknirschen und auch bei Schlafstörungen. Manche Krankenkassen

übernehmen bis zu 85 Prozent der Kosten für die Therapie dieser Beschwerden (ca. 100 Euro pro Sitzung).

58%

der chronischen Rückenschmerzen bessern sich mit Hilfe von Osteopathie