

Was ist Osteopathie?

Sonderveröffentlichung Starnberger Merkur vom 14. Mai 2010

Redaktion: Ingo Thomas DO COE

Was ist Osteopathie?

Wie sieht eine osteopathische Behandlung aus?

Mit den Händen sehen, was heißt das?

Wo kann Osteopathie helfen?

Wie kann man vorbeugen?

Was muss ein guter Osteopath an Qualifikationen mitbringen?

Verträglichkeit mit anderen Disziplinen oder Therapieformen.

Fazit:

Was ist Osteopathie?

Osteopathie ist eine sich immer weiter entwickelnde körperlich ganzheitliche Therapieform. Ihren Ursprung hat sie in Amerika durch den Arzt AT Still 1828 - 1917. In den USA gehört sie zur Schulmedizin und stellt einen Studiengang der medizinischen Fakultät dar.

Therapieformen wie die Chiropraktik und die Manuelle Therapie finden zwar ihre historischen Wurzeln in der Osteopathie, haben heute aber nur noch bedingt miteinander zu tun. So entwickelten sich innerhalb der Osteopathie neben den strukturellen Methoden auch die craniosacralen, fascialen und viszerale Untersuchungs- und Behandlungsformen.

Diese vervollständigen die Sichtweise über den Bewegungsapparat, Flüssigkeiten, Rhythmen, verbindende Strukturen, Organe und ihre Umgebungen. Sie geben dem Therapeuten eine umfassende Möglichkeit, das funktionelle Zusammenspiel in unserem Körper zu analysieren. Da in unserem Organismus alles miteinander kommuniziert und unser Körper ein Wunderwerk der Kompensation ist, kann man die Systeme nicht getrennt von einander sehen; behandelt man das eine, agieren die anderen stets mit. Daher gehören auch Geist und Seele zu unserem Dasein.

Wie sieht eine osteopathische Behandlung aus?

Zu Anfang erfolgt eine ausführliche Anamnese. Im Mittelpunkt stehen die Fragen nach den aktuellen Beschwerden, Schmerzen oder Funktionseinschränkungen. Das Interesse gilt aber auch den in der Vergangenheit liegenden Vorgängen (Traumata, Krankheiten, Unfällen, Operationen), die noch aktuelle Symptome hervorrufen können. Durch einen ausführlichen Sicht- und Funktionsbefund sowie die palpatorische, manuelle Untersuchung des Patienten bekommt der Osteopath ein Bild über die Störungen der funktionellen Zusammenhänge. Nunmehr vermag er die Symptome ursächlich zu behandeln.

Mit den Händen sehen, was heißt das?

Der Osteopath erspürt die körpereigenen Bewegungen, ihre Qualitäten, Mobilitäten, die individuellen Eigenschaften und Festigkeiten, die alle Gewebe aufweisen. In unserem Körper ist alles ständig in Bewegung. Allein die Nieren bewegen sich bei jedem Atemzug um 3 - 5 cm, das entspricht mehreren hundert Metern am Tag. Die Lungen brauchen eine Brustkorbmobilität für ca. 15000 l Luft, die wir im Durchschnitt täglich atmen. Was unsere Organe und jede Zelle in sich an Leistung erbringt, ist in Zahlen schwer fassbar, wenn wir glauben, im Ruhezustand zu sein.

Der Osteopath hat seine Hände dahin geschult, einen Teil dieses Lebens in uns zu erspüren. So versucht er, durch unterschiedliche Techniken und durch die genauen Kenntnisse über die Anatomie, den Organismus in eine Situation zu bringen, in der er dem Körper hilft, selbst den Weg zur Heilung zu finden und so funktionelle Blockaden aufzulösen.



Wo kann Osteopathie helfen?

Im Hinblick auf die Ursachenforschung bezogen auf das ganze System erkennt der Osteopath die Vielfalt der Möglichkeiten von Krankheitsursachen für chronische Symptome oder funktionellen Störungen. Einige Beispiele wären Schmerzen, Dysfunktionen oder Mobilitätseinschränkungen im Bewegungsapparat, Zustände nach Sportverletzungen, Unfällen oder Operationen, Geburtstraumen, Entwicklungsstörungen, Störungen aus dem HNO-Bereich, Schmerzzustände am Kopf, begleitende Therapie bei kieferorthopädischen Versorgung und vieles mehr. Gegebenenfalls ist auch eine ärztliche Abklärung erforderlich.

Wie kann man vorbeugen?

Der Körper strebt nach Gesundheit. Er scheint dies nur manchmal nicht von allein erreichen zu können. Die Osteopathie ist sowohl Therapie, die den Körper beim Bestreben nach Heilung unterstützen kann, als auch Prophylaxe. Ob es den Leistungssportler, den älteren Menschen oder das neugeborene Baby betrifft, wir alle kompensieren die Einflüsse, die von innen oder von außen eine Wirkung auf uns haben. Wir alle atmen und bewegen uns mehr als wir uns wahrscheinlich vorstellen können. Die Osteopathie hilft dabei, im Gleichgewicht und innerlich beweglich zu bleiben. Denn kann sich das System leichter und freier bewegen, leben wir in einem gesünderen Körper und ist es angenehmer für den Rest; von dem was uns ausmacht.

Wir leben in einem gesunden Körper.

Was muss ein guter Osteopath an Qualifikationen mitbringen?

Das Bestreben der Verbände ist es, durch Forschungen und eine Vielzahl von Studienarbeiten das weite Feld der osteopathischen Möglichkeiten wissenschaftlich valide zu belegen. Ziel ist es, der Osteopathie einen festen Stand in der Medizin zu verschaffen, wie es bereits in Ländern wie Amerika, England, Frankreich, Österreich, Schweiz und anderen schon seit langem der Fall ist.

Die Ausbildungsdauer variiert je nach Schule und Studienform bis zu 6 Jahren. Es wird ein umfangreiches medizinisches Wissen vermittelt, die osteopathische Hand ständig geschult, verbessert und geprüft. Danach folgen freiwillige Weiterbildungen und Postgraduiertenkurse.

Gut ausgebildete Osteopathen finden Sie über Therapeutenlisten wie z.B. unter www.osteokompass.de oder über Empfehlung, denn nicht jeder gute Therapeut steht in jeder Liste. Scheuen Sie sich nicht zu fragen, wo und wie lange die Ausbildung bei dem Therapeuten Ihrer Wahl war und ob er sie erfolgreich abgeschlossen hat. Kein Osteopath wird Ihnen diese Fragen übel nehmen. Sie streben alle nach Anerkennung ihres Berufsstandes durch hohes Ausbildungsniveau. Osteopath ist aber auch nicht gleich Osteopath, denn jeder behandelt mit einer anderen Intention und seinen individuellen Fähigkeiten. Wichtig ist, dass Sie sich gut aufgehoben fühlen und ein Vertrauen in die kompetenten Hände Ihres Therapeuten und sein Wesen finden.

Verträglichkeit mit anderen Disziplinen oder Therapieformen.

Mitunter macht es Sinn, den Körper nicht mit Therapieformen zu überfluten und ihn erstmal die Information einer Behandlungsmethode verarbeiten zu lassen. Der Therapeut kann so den Behandlungsverlauf besser einschätzen und seine Arbeit darauf ausrichten. Dennoch kann eine Kombination für den Patienten von Vorteil oder notwendig sein. In dem Fall sollten die Behandelnden voneinander wissen, um gemeinsam für den Patienten den besten Weg zur Heilung zu finden.

Fazit:

Bei jeder Behandlung sollte der Mensch als Individuum und Teil des Ganzen im Mittelpunkt des Bestrebens stehen. Es geht um Heilung auf vielen Ebenen. Ein offener Therapeut wird versuchen, den Menschen in seiner Gesamtheit zu verstehen und ihn mit seinen geschulten Händen und manuellen Fähigkeiten zu behandeln, um ursächliche Blockaden zu lösen.

