

Was ist Osteopathie?

Immer mehr Menschen vertrauen heute auf die Wirksamkeit von Alternativmedizin, da diese allgemein als besser verträglich gilt und mit weniger Nebenwirkung verbunden ist.

Die Osteopathie umfasst die manuelle Diagnostik und Therapie am Bewegungssystem, den inneren Organen und am Nervensystem. Als sanfte und ganzheitliche Heilmethode verzichtet sie auf Apparate, Spritzen und Medikamente.

Die Therapie stellt den Abbau von Blockaden und die Wiederherstellung des Gleichgewichts aller Körpersysteme. Die Selbstheilungskräfte des Patienten spielen dabei eine zentrale Rolle.

Die Osteopathie betrachtet den Patienten immer in seiner Gesamtheit. Auch beschäftigt sich die Osteopathie nicht mit der Behandlung einzelner Symptome, sondern will immer die Ursachen von Beschwerden aufspüren und behandeln. Ziel jeder osteopathischen Behandlung ist es, den Körper in seinen Funktionen zu unterstützen und damit die Selbstheilungskräfte anzuregen.

Bei welchen Beschwerden ist es sinnvoll, sich an einen Osteopathen zu wenden?

Die Einsatzmöglichkeiten sind vielfältig. Am Bewegungsapparat lassen sich Blockaden von Gelenken und der Wirbelsäule sowie akute und chronische Schmerzen mit traumatischen und degenerativem Ursprung behandeln. Beispiele für den Bereich der inneren Medizin sind funktionelle Herzbeschwerden, Verdauungsstörungen, Organsenkungen, Operationsfolgen wie Vernarbungen und Verwachsungen. Oder im urogenitalen Bereich chronische Blasenentzündung, Inkontinenz und Nierenprobleme. Im Hals-Nasen-Ohren-Bereich lässt sich Osteopathie gegen Kopfschmerzen, Nasennebenhöhlenentzündung, Schwindel, Tinnitus, zur Bissregulierung oder bei Kiefergelenkproblematiken einsetzen.

Frauen bietet die Osteopathie Abhilfe bei Menstruationsbeschwerden, Wechseljahrsbeschwerden und ist zur Geburtsvorbereitung und -nachsorge nützlich. Speziell in der Kinderheilkunde wird die Osteopathie häufig und erfolgreich angewendet, da das kindliche Gewebe lange Zeit formbar und dadurch schneller positiv zu beeinflussen ist als bei Erwachsenen. Beispiele: Schädel- und Gesichtsverformungen, Schiefhals, Skoliose, Entwicklungsverzögerungen, Hüftdysplasien.

Was fällt nicht in das Aufgabengebiet eines Osteopathen?

Zwar sind grundsätzlich keine Nebenwirkungen zu befürchten. Doch generell wird empfohlen, im Vorfeld mit einem Schulmediziner über mögliche Risiken zu sprechen, zum Beispiel bei Nieren- oder Gallensteinen, einer Thrombose-Erkrankung oder bei Verwendung einer Verhütungsspirale. Die Grenzen der Osteopathie sind erreicht, wenn das Körpergewebe bereits zerstört ist. Auch gebrochene Knochen kann der Osteopath nicht heilen. Bei schweren Krankheiten wie Krebs ist ohnehin immer ein Facharzt gefragt. Ebenso wird der Osteopath niemals akute Entzündungen behandeln.

Wie lange dauert eine Behandlung?

Eine Behandlung dauert zwischen 20 und 60 Minuten.

Was ist wichtig für das Vorgespräch beim Osteopathen?

Für die Behandlung muss der Osteopath wissen, welche Beschwerden genau vorliegen und wodurch diese beeinflusst werden. Viele Schmerzpatienten berichten beispielsweise, dass sich das Leiden nach bestimmten Mahlzeiten oder nach bestimmten Aktivitäten

verschlechtert beziehungsweise verbessert. Vorerkrankungen und eventuelle Operationen wird der Osteopath ebenfalls erfragen. Hilfreich sind auch Röntgenbilder oder andere Befunde aus vorangegangenen ärztlichen Untersuchungen.

Wie viele Behandlungen sind im Schnitt nötig?

Es kann durchaus passieren, dass jemand nach ein bis zwei Sitzungen beschwerdefrei ist. Aber das ist nicht die Regel. Es hängt von den Beschwerden ab. Blockaden kann man möglicherweise schneller lösen, degenerative Beschwerden lassen sich lindern, aber nicht beheben. Nach drei Behandlungen sollte jedoch eine Verbesserung spürbar sein, sonst macht eine Weiterbehandlung keinen Sinn. Zwischen den Sitzungen werden etwa zwei bis drei Wochen Pause zur Selbstregulierung eingehalten. Die eigentliche Behandlung findet also zwischen den Behandlungen statt. Der Patient macht sich selbst gesund, der Osteopath lenkt nur.