

GESUNDHEIT

## Osteopathie - heilende Hände gegen Migräne

11.08.2011 | 17:53 Uhr



Mit osteopathischen Techniken soll verhärtetes Gewebe sanft gelockert werden. Foto: Monika Kirsch

Foto:

Rückenschmerzen, Migräne oder Reizmagen - Osteopathen wollen dem Körper helfen, sich selbst zu heilen. Inga Steinrücken litt seit ihrem Studium unter starken Kopfschmerzen. Ihr konnte geholfen werden.

„Die Migräne hat mit dem Studium angefangen“, erinnert sich Inga Steinrücken (25). Wenn an der Uni der Stresspegel stieg, litt die Lehramtsstudentin unter heftigen Kopfschmerzen.

Die junge Frau suchte zuerst ärztliche Hilfe und nahm dann eine ganze Zeit lang starke Schmerzmittel ein. Zufrieden war sie damit nicht. „Man möchte ja nicht tablettensabhängig werden, es musste eine andere Lösung her“, resümiert sie. Über eine Cousine erfuhr sie von der Osteopathie. Seitdem ist die Studentin bei Heilpraktiker und Osteopath Stefan Mühlmann (39) in Behandlung, der in Bochum das „Institut für praktische Osteopathie“ betreibt.

Der Therapeut sieht in der Osteopathie eine sinnvolle Ergänzung und Unterstützung der Schulmedizin: „Wir behandeln den Menschen als zusammenhängendes System, Schulmediziner tendieren eher dazu, den Menschen in Fragmente aufzuteilen.“

### Schmerzen entstehen durch Blockaden im Körper

Das alternative Heilverfahren, welches, anders als in den angelsächsischen Ländern, in Deutschland noch relativ unbekannt ist, geht davon aus, dass Schmerzen z. B. des Rückens oder auch Funktionsstörungen der Organe wie ein Reizmagen, durch Blockaden im Körper entstehen können. Der Osteopath spürt diese auf und versucht, sie mit speziellen Techniken, etwa mit sanftem Druck, zu lösen. Der Körper reguliere sich im Anschluss selbstständig, so das Prinzip.

Das wichtigste Instrument eines Osteopathen sind seine Hände. Im Fachjargon werden sie „Thinking Fingers“ (denkende Hände) genannt. „Das ist ein bisschen wie bei einem Weinkenner, der sagen kann, der Wein kommt von diesem oder jenem Hang und ist von dieser Traube“, erklärt Stefan Mühlmann.

„Wenn ich den Patienten berühre, erfühle ich z. B. eine teigige oder raue Struktur des Gewebes. Daraus kann ich ableiten, dass das darunter liegende Segment wie ein Wirbel blockiert ist.“ Da aus

osteopathischer Sicht alle Strukturen und Funktionen im Körper miteinander verbunden sind, könne es sein, dass eine Blockade im Körper wie Muskelverspannungen zu Schmerzen an einer völlig anderen Stelle führe.

### **Osteopathie eignet sich nur für Gesundheitsstörungen**

Bei Inga Steinrückens Migräne etwa lag die Basis des Problems in einer Schiefstellung der Hüfte. Diese Disharmonie führte schließlich zu einer Verspannung im Nacken, wodurch der Blutfluss zum Gehirn gestört wurde. „Es ist faszinierend. Ich dachte, ich habe etwas am Kopf und Herr Mühlmann fängt an, die Hüfte zu untersuchen“, befindet die junge Patientin. Stefan Mühlmann kann, nach eigener Aussage, vielen seiner Patienten helfen, sofern die Osteopathie die passende Therapie für die Erkrankung ist.

Denn das Verfahren eignet sich nur für Gesundheitsstörungen, denen keine manifeste organische Erkrankung zu Grunde liegt. Ein ausführliches Vorgespräch mit dem Patienten ist darum für jeden Osteopathen unumgänglich — auch um mögliche Risiken auszuschließen. In der Osteopathie werden nicht die Symptome, sondern immer die Ursache des Leidens behandelt.

Patienten sollten laut Mühlmann nach drei bis fünf Behandlungen eine deutliche Verbesserung spüren. Gesetzlich Versicherte müssen diese Behandlung selbst bezahlen. „Die Osteopathie ist zwar, nach einer von der Bundesärztekammer veröffentlichten Studie (2009), eine anerkannte Therapieform. Dennoch übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen so gut wie keine Naturheilverfahren“, so Stefan Mühlmann. Inga Steinrücken zumindest ist zufrieden. „Meine Migräne wurde in zwei Sitzungen beseitigt.“

*Nadja A. Juskowiak*