

# Alles über Osteopathie

*„Es ist die wissenschaftliche Kenntnis von Anatomie und Physiologie in den Händen einer Person mit Intelligenz und Fähigkeiten, dieses Wissen bei Menschen anzuwenden, die erkranken oder verletzt werden durch äußere Gewalteinwirkung, Stürze, Schocks oder mechanische Störungen des Körpers jeder Art. Der Osteopath erkennt die Ursache für den Beginn einer Erkrankung in der kleinsten anatomischen Veränderung. Wir müssen erkennen, dass, wenn die Versorgung von einem Organ oder einem Glied des Körpers behindert wird, es erkranken wird. Wir leiden aus zwei Gründen: Mangel an richtiger Zufuhr von Ernährungssubstanzen und der Belastung durch tote Ablagerungen.“*

*(Andrew Taylor Still)*

Die Weltgesundheitsorganisation WHO (World Health Organization) erkannte bereits im November 2010 die Osteopathie als eigenständige Medizinform an <sup>1)</sup>. Wir verdanken Andrew Taylor Still (1828-1917), der sich durch schwere Schicksalsschläge auf die Suche nach

neuen und besseren Behandlungsmethoden machte, die Entstehung der Osteopathie. Als amerikanischer Landarzt musste er 1864 hilflos mit ansehen, wie drei seiner Kinder an einer Meningitis-Epidemie verstarben und er nur wenig später auch ein viertes Kind an einer Lungenentzündung erlag. Sein Vater, der Arzt und Methodistenprediger war, hatte an Still seine medizinischen Kenntnisse weitergegeben und ihn bereits schon als Kind mit der Naturmedizin in Kontakt gebracht. Ein Kollege namens Abbot übte hier großen Einfluss auf ihn aus, indem er ihm von seinen Vorstellungen einer medikamentenfreien Medizin erzählte. Still sezierte viel und verfolgte aufmerksam die unterschiedlichen geistigen und medizinischen Strömungen jener Zeit, zu denen auch das „Bonesetting“, das Knocheneinrenken, zählte.

**Medikamentenfreie Medizin** Im Sommer 1874, zehn Jahre nach dem Tod seiner Kinder, stellte Still der Öffentlichkeit seine eigene medikamentenfreie Medizin vor. Grundlage seiner manuellen Heilkunde war ein



medizinisch-philosophisches Konzept, wonach der Mensch als Ausdruck der Schöpfung in seiner Anatomie und Physiologie vollkommen ist und jede einzelne Struktur mit ihrer Funktion zu dieser Vollkommenheit beiträgt. Damit diese erhalten bleibt, verfügt der menschliche Organismus über die Fähigkeit, sich selbst zu regulieren und zu heilen. Der Therapeut, der bei Beschwerden und Krankheiten eingreift, ist damit kein Heiler mehr, sondern jemand, der den Patienten bei seiner Selbstheilung unterstützt. Stills Ansatz stellte vor fast 140 Jahren eine pathogenetischen Medizin, die nach Krankheiten und Symptomen sucht, eine salutogenetische Medizin gegenüber, die Gesundheit finden will. Gleichzeitig definierte Still auch die Grenzen seiner neuen Medizin, die nur solange wirken kann, wie die Selbstheilungskräfte in der Lage sind, den Organismus gesunden zu lassen.

Als erfahrener Arzt hatte sich Still herausragende anatomische und physiologische Kenntnisse angeeignet. Für das perfekte Funktionieren des menschlichen Organismus muss eine freie Ver- und Entsorgung aller Strukturen, vorwiegend über das Gefäß- und Nervensystem, gewährleistet sein. Eine wesentliche Rolle spielte hierbei für ihn die Wirbelsäule, hinter deren fehlgestellten oder blockierten Wirbelknochen er die Ursache zahlreicher Beschwerden und Krankheiten vermutete. Der Knochen (altgriech. Osteon) war Auslöser von Leiden (altgriech. Pathos) und musste mit sanften manuellen Techniken reponiert werden, damit die selbstregulierenden und -heilenden Kräfte im Körper wirken konnten. So entstand der Name Osteopathie. Ein aus heutiger Sicht etwas unglücklicher Name, weil er den vielfältigen Anwendungsbereichen und Möglichkeiten dieser sanften Medizin nicht mehr gerecht wird.

### Still stellte 3 Prinzipien als Grundpfeiler auf, nach denen die Osteopathie funktioniert:

**Struktur und Funktion** Demnach bestimmt einerseits die Struktur die Funktion, und andererseits formt die Funktion die Struktur. Dies lässt sich z.B. an Organen beobachten, die in der Regel wachsen, wenn ihre Funktion zunimmt, und verkümmern, wenn ihre Funktion abnimmt. Hier setzt die Osteopathie an: Indem sie die Funktion überprüft (Diagnose), erhält sie Aufschluss über die Struktur. Indem sie einer geschädigten Struktur zu ihrer ursprünglichen Funktion zurück verhilft (Behandlung), ermöglicht sie den Selbstheilungskräften, den Schaden an der



Struktur zu beheben. Damit ist der wesentliche Gegenstand der Osteopathie beschrieben: das Aufspüren und Behandeln von Dysfunktionen.

**Der Organismus als untrennbare Einheit** Weil aber kein Organ für sich alleine steht, haben Dysfunktionen immer Auswirkungen auf andere Strukturen und deren Funktionen. Ist z.B. die Beweglichkeit des Brustkorbs eingeschränkt, behindert dies zwangsläufig die Lungenfunktion. Das einwandfreie Funktionieren eines Organs ist abhängig von seinen umgebenden Strukturen. Umgekehrt können Dysfunktionen umgebender Strukturen die Funktion eines Organs beeinträchtigen. Diese Abhängigkeit einzelner Strukturen und deren Funktionen zueinander erklärte Still zum zweiten Prinzip der Osteopathie, indem er den menschlichen Organismus als eine untrennbare Einheit beschrieb.

Tatsächlich lassen sich bei lokal auftretenden Beschwerden diagnostisch sehr oft auf- oder absteigende Dysfunktionsketten feststellen, die ganze Bereiche des Körpers durchziehen. So kann z. B. eine Dysfunktion im knöchernen Bereich des Beckens zu Schmerzen in den Leisten, einer Bursitis trochanterica, Knie- und/oder Fußschmerzen führen. Die Verkettung kann aber auch in die kraniale Richtung führen und Oberbauchbeschwerden, Rücken-, Nacken- und Kopfschmerzen sowie Kiefergelenksbeschwerden auslösen. Die „Schnur“, an denen diese Dysfunktionen wie Perlen aufgereiht sind, wird meist von Faszien gebildet. Gemeinsam bilden diese ein Netzwerk, das den gesamten Körper durchzieht und alle Strukturen miteinander verbindet. Die Arbeit an und mit den Faszien ist daher ein wesentlicher Bestandteil der Osteopathie.

Patienten reagieren oft verwundert, wenn ein Osteopath ihre lokal begrenzten Beschwerden nicht weiter beachtet, sondern sie an ganz anderer Stelle behandelt. Osteopathen arbeiten eben nicht symptomorientiert, sondern suchen nach der „Primärläsion“, also der

ursprünglichen Dysfunktion, die eine Kette an weiteren Dysfunktionen ausgelöst hat und oft an ganz anderer Stelle zu den Beschwerden des Patienten führt.

### Unterstützung der Selbstregulation

Osteopathen arbeiten ganz bewusst mit diesen selbstregulierenden und -heilenden Kräften des Körpers zusammen. Ihre wesentliche Aufgabe besteht darin, alle Hindernisse zu beseitigen, die der Homöostase und der Selbstheilung im Wege stehen. Medikamente und invasive Eingriffe werden damit überflüssig. Wer darauf setzt, hat laut Still kein Vertrauen in die Fähigkeiten und Möglichkeiten des menschlichen Organismus. Er schrieb dazu: „Die Natur war gedankenreich genug, alles in den Menschen hinein zu geben, was unter ‚Medikamente‘ zu verstehen ist.“<sup>2)</sup>

**Manuelle Therapien** In ihren Ausbildungseckpunkten charakterisiert die WHO die Osteopathie als eine eigenständige manuelle Medizin: „Zwar finden manuelle Techniken in verschiedenen manualtherapeutischen Berufen Anwendung, doch stellen die besondere Art der Einbindung osteopathischer Techniken in das Patientenmanagement, ebenso wie die Länge, Frequenz und Auswahl der jeweiligen Technik unverwechselbare Aspekte der Osteopathie dar.“<sup>3)</sup>

Der Einsatz manueller Techniken in der Osteopathie unterscheidet sich deutlich von anderen manuellen Therapieformen. Denn die osteopathische Diagnose ist sehr ausdifferenziert und erlaubt sehr genaue lokale wie auch systemische Befunde. Zudem erweist sich der therapeutische Einsatz osteopathischer Techniken meist als sehr wirksam. Und schließlich ist eine Vielzahl der manuellen Techniken spezifisch, findet also ausschließlich in der Osteopathie Anwendung. In Deutschland zählt die Osteopathie übrigens zur Heilkunde und darf nur von Ärzten oder Heilpraktikern eigenständig ausgeübt werden.



Um Funktionsstörungen mit den Händen zu erkennen und zu behandeln, palpieren Osteopathen die Bewegungen der einzelnen Strukturen. Dabei kennt die Osteopathie drei Arten von Bewegungen:

- **Mobilität** bezeichnet die willentlich vom Zentralnervensystem gesteuerten Bewegungen.
- **Motilität** beschreibt die intrinsische Eigenbewegung einer Struktur.
- **Motrizität** steht für die passive Bewegung von Strukturen aufgrund der Motorik des Bewegungsapparats.

Anhand dieser unterschiedlichen Bewegungen, deren Qualität, Ausmaß, Geschwindigkeit und Rhythmus können Osteopathen Dysfunktionen erkennen.

Das Ziel osteopathischer Techniken besteht darin, die ursprüngliche Bewegung wiederherzustellen, damit die betroffene Struktur ihre Funktion wieder im vollen Umfang ausüben kann. Dabei geht es nicht darum, Änderungen zu erzwingen, sondern diese sanft hervorzurufen. Osteopathische Techniken sind also letztlich „Vorschläge“ des Therapeuten an den Organismus des Patienten. Willigt der Organismus auf diese ein, dann können die Selbstheilungskräfte für die notwendige Genesung sorgen. Die meisten osteopathischen Techniken sind daher sanft und erfordern wenig Kraft bzw. Druck. Auch wenn die Osteopathie über eine Vielzahl spezifisch osteopathischer Techniken verfügt, macht deren Anwendung allein noch keine Osteopathie aus. Entscheidend ist vielmehr, dass diese Techniken im Kontext der osteopathischen Prinzipien und des ihnen zugrunde liegenden salutogenetischen Konzepts angewandt werden.

Insofern kann der „Wissenschaftlichen Bewertung osteopathischer Verfahren“ der Bundesärztekammer vom 28.8.2009 wider-

sprochen werden, wonach „eine inhaltlich konzeptionelle Differenzierung der Begriffe ‚Osteopathie‘ und ‚Manuelle Medizin‘ bisher nicht ohne Weiteres möglich (ist). Denn osteopathische Verfahren lassen sich (...) auch anwenden, ohne das besondere Menschenbild der ‚Osteopathie‘ US-amerikanischer Prägung und die damit kongruenten Funktionsvorstellungen zu übernehmen, wenn man sich dazu auf die Ebene anatomischer und neurophysiologischer Grundlagenforschung begibt.“<sup>5)</sup>

### 3 Bereiche der Osteopathie

**Die parietale Osteopathie** Still konzentrierte sich mit seinem Konzept und seinen Prinzipien der Osteopathie vorwiegend auf den Stütz- und Bewegungsapparat des Menschen, also jenes System aus Knochen, Gelenken, Muskeln, Sehnen, Bändern und Faszien, das dem Körper Halt gibt und Bewegung ermöglicht. Heute bezeichnet man diesen Bereich der Osteopathie auch als parietale Osteopathie. Ihr Gegenstand ist das Lösen von artikulären, muskulären und myofaszialen Dysfunktionen.

Mit der parietalen Osteopathie werden klassischerweise orthopädische Beschwerden wie Schmerzen und/oder Bewegungseinschränkungen der Wirbelsäule, Nackenverspannungen, Schulter-Arm-Syndrom, Haltungsschäden und Gelenkschmerzen behandelt. Auch nach orthopädischen Operationen, wie z.B. an Hüfte oder Knie, kann parietale Osteopathie begleitend wirksam eingesetzt werden.

Die parietale Osteopathie gilt als der am besten erforschte Bereich der Osteopathie. Diverse randomisierte, kontrollierte Studien belegen die Wirksamkeit der parietalen Osteopathie, etwa bei der Behandlung von Rückenschmerzen<sup>6)</sup>, Diskusprolaps<sup>7)</sup>, chronischer Epikondylopathie<sup>8)</sup> und Sportverletzungen<sup>9)</sup>.

**Die cranio-sakrale Osteopathie** 1892 gründet Still, der mittlerweile durch seine Erfolge sehr bekannt geworden war und sein

Ruf als hervorragender Osteopath die Nachfrage erhöhte, die weltweit erste Schule für Osteopathie in Kirksville. Einer seiner Schüler war William Garner Sutherland (1873-1954), der in den 1930er-Jahren die Osteopathie um den cranio-sakralen Bereich erweiterte.

Ausgangspunkt seines neuen Konzepts war die Betrachtung der Suturen einzelner Schädelknochen, die ihn an die Kiemen eines Fisches erinnerten. Sutherland mutmaßte daher, dass ein atemähnlicher Mechanismus, den er später als Primären Respiratorischen Mechanismus (PRM) bezeichnete, feine zyklische Bewegungen ermögliche, die, wie er palpatorisch feststellte, über die Hirn- und Rückenmarkshäute an den einzelnen Schädelknochen entlang der Wirbelsäule bis hin zum Kreuzbein (Os sacrum) erspürt werden können. Aufgrund dieser anatomisch-funktionellen Verbindung wird dieser Bereich der Osteopathie als cranio-sakrale Osteopathie bezeichnet und die feinen Bewegungen als cranio-sakraler Rhythmus.

Dieser Rhythmus stellt einen körpereigenen Automatismus vergleichbar dem Atem- und dem Herzrhythmus dar. Er beeinflusst den Stoffwechsel des gesamten Organismus und fungiert als ein Regulationssystem, das der Osteopath diagnostisch palpieren kann. Ertastet werden dabei die Amplitude, Symmetrie und Stärke des cranio-sakralen Rhythmus. Mit sehr feinen manuellen Techniken kann dann therapeutisch auf ihn eingewirkt werden.

Obwohl es für den PRM und dessen Rhythmus diverse Erklärungsmodelle gibt, muss festgehalten werden, dass diese bislang wissenschaftlich nicht belegt werden konnten. Dennoch arbeiten Osteopathen und auch andere Therapeuten erfolgreich mit dem cranio-sakralen Rhythmus. Zudem hat Sutherland mit den von ihm entwickelten cranio-sakralen Techniken den vorher als starr geltenden Schädel der osteopathischen Behandlung zugänglich gemacht, sodass eine ganze Reihe unterschiedlichster Beschwerden und Erkrankungen im Bereich des Kopfes manuell behandelt werden können.

Hierzu zählen u.a. pränatale und geburtsbedingte Dysfunktionen bei Neugeborenen. Rechtzeitig therapiert, können so spätere Beschwerden verhindert werden. Randomisierte, kontrollierte Studien über die Wirksamkeit der Osteopathie im cranio-sakralen Bereich gibt es u.a. zur rezidivierenden Otitis media<sup>10)</sup>, zur Dreimonatskolik<sup>11)</sup>, zu Schwindel<sup>12)</sup> zu temporomandibulären Dysfunktionen<sup>13)</sup>, zu Nackenschmerzen<sup>14),15)</sup>, Migräne<sup>16)</sup> und Spannungskopfschmerz<sup>17)</sup>.

**Die viszerale Osteopathie** Die osteopathische Behandlung der Organe des Thorax, des Bauchraums und des Beckens wurde vorwiegend durch die beiden Osteopathen Jean-Pierre Barral und Jacques Weinschenck in den 1980er-Jahren in Frankreich entwickelt. Sie übertrugen die Prinzipien der parietalen Osteopathie auf die inneren Organe und entwickelten manuelle Techniken für deren Behandlung.

So lässt sich z.B. die Funktion des Gelenks als bewegliche Verbindung mehrerer Knochen auch auf die inneren Organe anwenden. Hier kennzeichnen die Anheftungspunkte zu anderen Strukturen und die gemeinsamen Gleitflächen ein „viszerales Gelenk“ und bestimmen somit dessen Bewegungsrichtungen und Bewegungsausmaße. Tatsächlich lassen sich auch im viszeralen Bereich unterschiedliche Bewegungen palpieren: So steht hier die Mobilität für die passive Bewegung eines Organs aufgrund der Atembewegung des Diaphragmas. Die Motilität beschreibt die Bewegung eines Organs im Raum und unterscheidet zwischen

einer Inspir- und einer Exspirphase. Die Motilität schließlich steht für die passive Bewegung eines Organs aufgrund der Motorik des Bewegungsapparats.

Zu den typischen Ursachen viszeraler Dysfunktionen zählen Fixationen etwa aufgrund von Verklebungen oder Ptosen. Auch können die diversen haltenden und bindenden Strukturen wie Ligamente, Mesenterien und Omenta anatomisch oder funktionell bedingt die Bewegungen der einzelnen Organe einschränken.

Das wesentliche Ziel der viszeralen Osteopathie besteht darin, die Bewegungseinschränkungen innerer Organen zu lösen, damit diese wieder ihre Funktionen in vollem Umfang ausüben können.

Randomisierte, kontrollierte Studien über die Wirksamkeit der Osteopathie im viszeralen Bereich gibt es u.a. zu Bluthochdruck <sup>18)</sup>, gastrointestinalen Beschwerden <sup>19)</sup>, Lungenentzündung <sup>20)</sup> und schwangerschaftsbedingten Rückenschmerzen <sup>21)</sup>.

**Fazit** Seit die Osteopathie vor 30 Jahren um den viszeralen Bereich ergänzt wurde, lässt sich der gesamte menschliche Organismus osteopathisch diagnostizieren und behandeln. Die Praxis zeigt, dass z.B. Dysfunktionen im viszeralen Bereich zu Beschwerden im parietalen Bereich führen oder sich cranio-sakrale Störungen viszeral äußern können. Die Anwendung nur eines Bereichs würde dem menschlichen Organismus also nicht gerecht werden. Die Osteopathie folgt deshalb jenem Prinzip, das ihr Begründer Andrew Taylor Still bereits vor fast 140 Jahren definiert hatte: Der Mensch ist eine untrennbare Einheit.

*Literaturhinweise beim Verlag.*

**Christoph Newiger**  
Medizinjournalist



contact@hpo-osteopathie.de

## Die Paracelsus Ausbildung z. Osteopathen/in

Die Paracelsus Heilpraktikerschulen bieten als einzige bundesweit organisierte Ausbildungsinstitution für naturheilkundliche Verfahren eine Ausbildung z. Osteopathen/in an, die sowohl als zusätzliche Qualifikation für bereits zugelassene Heilpraktiker, Ärzte oder Physiotherapeuten als auch für Interessenten ohne medizinische Vorbildung geeignet ist. Die in der Regel 30-monatige Ausbildung umfasst insgesamt mindestens 1350 Unter-

richtsstunden, findet vornehmlich an Wochenenden, Abenden sowie in zentralen Intensivwochen statt und ist somit auch nebenberuflich absolvierbar. Praxiserfahrene Dozentinnen und Dozenten vermitteln die basismedizinischen Grundlagen sowie die Osteopathie in Theorie und Praxis. Im Mittelpunkt stehen das Erlernen und praktische Üben der osteopathischen Techniken im Hinblick auf die künftige Praxistätigkeit.

Die Ausbildung wurde zusammen mit dem Verband Freier Osteopathen e.V. (VFO) entwickelt und führt über die Verbandsprüfung und -zertifizierung zur möglichen Kassenanerkennung. Der modulare Aufbau des Studiums ermöglicht eine Verkürzung, wenn Vorkenntnisse vorhanden sind. Weitere Informationen auf [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de) und bei allen Studienleitungen der Paracelsus Schulen.