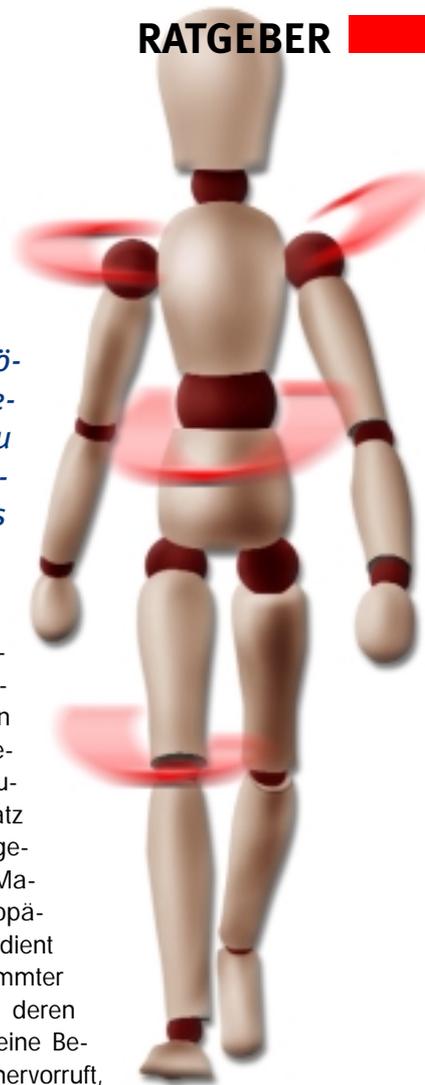


Neue Therapie gegen Gelenkschmerzen

Die Chancen der Manuellen Orthopädie

Gelenke sollten sich in ihren anatomischen und physiologischen Grenzen störungsfrei bewegen können. Sind diese Funktionen beeinträchtigt, so entstehen Schmerzen. Langfristig führen Gelenk- und Muskelfunktionsstörungen zu degenerativen Veränderungen an den Sehnen und Gelenken wie z.B. Arthrosen, Sehnenrissen oder Bandscheibenvorfällen. Die Funktionsstörung eines Gelenks wird in der Medizin auch als Blockierung bezeichnet.



In der Alltagssprache wird in diesem Zusammenhang vielfach auch der Begriff „ausgelenkt“ benutzt. Dies ist jedoch irreführend. „Denn ein tatsächlich ausgelenktes Gelenk, z.B. eine Schulterluxation, ist vergleichbar mit einem Fahrrad, bei dem die Kette heruntergesprungen ist“, erläutert der Orthopäde Dr. Ingo Lauterbach vom Therapiezentrum für Manuelle Orthopädie in Bad Wildbad. „Bei einer Blockierung dagegen ist es so, als ob von einem niedrigen in einen ganz hohen Gang geschaltet würde. Das Treten fällt schwer, die Muskeln schmerzen.“ Hierbei kann mit speziellen manuellen Techniken ohne jeglichen Kraftaufwand einfach wieder in den richtigen Gang heruntergeschaltet werden. Bei Blockaden handelt es sich genau genommen nicht um einen Defekt, sondern um eine eingeschränkte Funktionstüchtigkeit der betroffenen Gelenke.

Trigger führen zu vielfältigen Muskel- und Gelenksbeschwerden

Blockierungen führen zu einer neurophysiologisch verspannten Muskulatur. Das

verursacht unter Umständen die Entstehung von Triggerpunkten. Unter Triggern versteht man dauerhaft verkürzte und verdickte Muskelfasergebiete innerhalb eines Muskels, die oft als harte Knoten und Stränge tastbar sind. US-amerikanische Forschungen belegen, dass es sich dabei nicht allein um lästige, aber harmlose Symptome handelt, sondern um die Ursache für vielfältige Formen von Muskel- und Gelenkschmerzen. Dazu zählen Bandscheiben- und Ischiasbeschwerden, Rückenschmerzen, Nacken- und Kopfschmerzen, aber auch Schulter-, Hüft- und Kniegelenksbeschwerden. Außerdem führen sie zu Gefühlsstörungen wie Kribbeln, Brennen oder Taubheit.

Die Manuelle Orthopädie stellt Gelenkfunktionen auf sanfte Art wieder her

Da unsere Gelenke und Muskeln auf sehr vielfältige Weise miteinander verkettet sind, können Blockierungen auf unterschiedliche Ursachen zurückgeführt werden. Wenn die Therapie lediglich dort ansetzt, wo sich die Beschwerden bemerkbar machen, werden häufig nur die Symptome, nicht aber die wirk-

lichen Ursachen behandelt. Einen völlig anderen therapeutischen Ansatz wählt dagegen die Manuelle Orthopädie. Sie bedient sich bestimmter Stellreflexe, deren Auslösung eine Bewegung hervorruft, die die Blockade überwindet und damit eine Funktion im entsprechenden Gelenk oder Bewegungssegment wiederherstellt. Dabei wird ein lediglich minimaler Druck auf gewisse Bereiche des Körpers ausgeübt. „Das funktioniert ähnlich wie beim bekannten Patellarsehnenreflex, bei dem man durch einen leichten Schlag mit dem Reflexhammer eine Bewegung des Unterschenkels auslöst“, erläutert Dr. Lauterbach. „Es handelt sich also nicht um ein Einrenken, bei dem ein Widerstand mit Gewalt überwunden wird.“ Ein Vorteil der neuen Therapieform besteht darin, dass sie völlig ungefährlich ist und keine Nebenwirkungen mit sich bringt. In den meisten Fällen genügen wenige Sitzungen, um die Störungen ursächlich zu beheben. Der Patient wird so in die Lage versetzt, sich einem eigenen, individuell ausgerichteten Aufbautraining zu widmen und dadurch seinen Gelenken mehr Halt und Schutz vor Blockaden zu verschaffen.



Dr. Helmut Weber, Dr. Ingo Lauterbach und Dr. Georg Löffler (v.l.n.r.) bieten die Manuelle Therapie an.

von Klaus Bingler