



## Behandlung ohne operativen Eingriff:

*Die Manuelle Orthopädie*

Herr Dr. Lauterbach, welche Schmerzzustände oder Erkrankungen können mit der Manuellen Orthopädie behandelt werden?

Dr. Lauterbach: Die Manuelle Orthopädie kommt dann zum Einsatz, wenn so genannte funktionelle Störungen vorliegen. Das bedeutet, dass der Bewegungsablauf oder -umfang eines Gelenks oder des Muskel-/Bandapparats gestört ist, ohne dass eine dauerhafte Veränderung oder Schädigung von Gewebsstrukturen oder der Knochen dahinter steckt. Solchen funktionellen Störungen ist eigen, dass die Schmerzen oftmals weit entfernt von der eigentlich von der Störung be-

*Bei der Fülle der heute zur Verfügung stehenden minimalinvasiven Operationsmethoden und Medikamente wird leicht vergessen, dass die Orthopädie nicht nur aus Eingriffen mit Laser oder Skalpell besteht: Eine ureigene Domäne dieser ärztlichen Disziplin ist die Manuelle Orthopädie, bei der „von Hand“ Blockaden und Verspannungen beseitigt werden. Im Therapiezentrum für Manuelle Orthopädie in Bad Wildbad, das von den Orthopäden Dr. Helmut Weber, Dr. Ingo Lauterbach und Dr. Georg Löffler geführt wird, sprachen wir mit Dr. Lauterbach, Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie, Sportmedizin und Physikalische Medizin, über die Möglichkeiten, die diese Behandlungsmethode bietet.*

troffenen Stelle auftreten – dies ist zum Beispiel bei den so genannten Triggerpunkten der Fall. Diese Kontraktionsknoten, die sich in Muskelfaserbündeln bilden können, sind selbst nicht immer

schmerzhaft, können aber in andere Areale des Körpers ausstrahlen und dort Taubheitsgefühle, Kribbeln oder auch diffuse Schmerzen auslösen. Aber auch Blockierungen einzelner Wirbel ziehen



*Dr. Helmut Weber (v.l.), Dr. Ingo Lauterbach und Dr. Georg Löffler bieten die Manuelle Therapie an – eine nebenwirkungsfreie Behandlungsmethode, mit der zahlreiche Schmerzzustände wirkungsvoll therapiert werden können.*

häufig unangenehme Begleitsymptome nach sich. So kommt es insbesondere bei Blockaden in der Halswirbelsäule zum Auftreten von Kopfschmerzen, aber auch Schwindel oder Übelkeit. Sogar Bandscheibenvorfälle können hierdurch aktiviert werden.

### Wie muss man sich nun den Ablauf einer solchen Behandlung vorstellen?

Dr. Lauterbach: Generell muss vor einer solchen Therapie eine umfassende Diagnostik erfolgen, um sicherzustellen, ob eine Manuelle Therapie überhaupt angezeigt ist – es könnte ja auch sein, dass die Beschwerden eigentlich ganz anderer Natur sind und ihnen etwa eine akute entzündliche Erkrankung oder auch eine unerkannte Verletzung mit bislang übersehenen Spätfolgen zugrunde liegt. Um dies mit größtmöglicher Sicherheit auszuschließen, gibt es eine ganze Reihe von Orientierungspunkten an Extremitäten und Wirbelsäule, die bei der Untersuchung ertastet und überprüft werden. Darüber hinaus kommen weitfergehende diagnostische Möglichkeiten (zum Beispiel Röntgen, Kernspintomographie, Sonographie und andere) bei speziellen Fragestellungen zum Einsatz.

Bei der eigentlichen Therapie bedienen wir uns im Wesentlichen bestimmter „Stellreflexe“. Diese werden ausgelöst durch minimalen Druck oder Zug auf bestimmte Punkte oder Bereiche des Körpers und funktionieren ganz ähnlich wie etwa der bekannte Patellarsehnenreflex, bei dem eine Bewegung des Unterschenkels durch einen leichten Schlag mit dem Reflexhammer ausgelöst wird. Die Stellreflexe sind vergleichbar mit einem Softwarebefehl am Computer. Wer-

den sie ausgelöst, so erzwingt man auf sanfte Weise eine Bewegung, die die Blockade überwindet und damit die Funktion im entsprechenden Gelenk oder Bewegungssegment über die neurophysiologische Bewegungssteuerung wiederherstellt. Dabei handelt es sich wohlge-merkt nicht etwa um ein „Einrenken“, bei dem ein Widerstand mit Gewalt überwunden wird, was heute zu Recht von vielen Ärzten abgelehnt wird. Die Behandlung ist völlig gewalt- und schmerzfrei. Das gefürchtete „Knacken“, wie man es beispielsweise von der konventionellen Chirotherapie kennt, tritt nicht auf.

### Was sind die Vorteile der Manuellen Orthopädie?

Dr. Lauterbach: Bei der Manuellen Orthopädie handelt es sich um eine nebenwirkungsfreie und völlig ungefährliche Behandlungsmethode, mit der zahlreiche Schmerzzustände wirkungsvoll therapiert werden können. In der Regel genügen einige wenige Behandlungen, um die Störung zu beheben. In den meisten Fällen sind die Schmerzen nach Beseitigung der Ursachen schlagartig verschwunden. Häufig werden mit Schmerzmitteln oder mit Injektionen die Symptome zwar bekämpft, die Schmerz auslösende Ursache wird jedoch häufig dadurch nur „maskiert“ und nicht wirklich beseitigt – genau wie auch bei bestimmten operativen Maßnahmen. Einem dauerhaften und effizienten Behandlungserfolg aber kann es nur bei einer wirklichen Beseitigung der auslösenden Schmerzursache geben. Dabei spielen die Behandlung von Funktionsstörungen in Gelenken und Muskeln und das Wiederherstellen von Funktions- und Bewegungsketten der Muskeln und Ge-

lenke eine zentrale Rolle. Die Schmerzlinderung ermöglicht dem Patienten dabei, wieder eigenständig vorbeugend tätig zu werden, zum Beispiel durch eine entsprechende Physiotherapie, bei der falsche Bewegungsmuster gezielt „verlernt“ und richtige eingeübt werden, oder auch ein individuelles Muskelaufbautraining, das den betroffenen Wirbeln oder Gelenken wieder zu mehr Halt und damit einem Schutz gegen erneute Blockaden oder Reizzustände verhilft. Für chronische Beschwerden oder Bandscheibenvorfälle empfiehlt sich zur Vermeidung einer drohenden Operation eine intensive fünftägige Behandlungsmaßnahme. Der Patient wird in diesem Zeitraum von seinen Funktionsstörungen befreit und zu einem individuell erarbeiteten Eigentaining instruiert. In einer unlängst durchgeführten Studie zeigte sich, dass somit in über 98 Prozent der Fälle eine Bandscheibenoperation vermieden werden konnte.

### Gibt es Indikationen, bei denen die Manuelle Orthopädie nicht angewendet werden sollte?

Dr. Lauterbach: Tatsächlich gibt es nur wenige Kontraindikationen, bei denen die Manuelle Orthopädie nicht angezeigt ist. Dies kann etwa der Fall sein bei krankhaft veränderten Gelenken (zum Beispiel bei Rheumatoider Arthritis) oder auch schmerzenden Gelenkinfektionen, frischen Weichteilverletzungen, Frakturen und Tumorerkrankungen. Bei einem Menschen ohne sichtbare Begleitscheinungen steht einer Manuellen Therapie aber in der Regel nichts entgegen.

Herr Dr. Lauterbach, wir danken Ihnen für das Gespräch.