

Manuelle Therapie

Die Manuelle Therapie (MT) umfasst eine Reihe von Techniken und Behandlungskonzepten die durch den direkten Kontakt zwischen Behandler und Patient gekennzeichnet sind. Die allermeisten manuellen Therapien dienen der Wiederherstellung, Korrektur und Optimierung von Abläufen des Bewegungsapparates.

© by Matthias Eubel

Definition

„Manuelle Therapie“ bedeutet die „Behandlung mit den Händen“. „Manus“ kommt aus dem Griechischen und heißt Hand.

Unter dem Oberbegriff ‚Manuelle Therapie‘ lassen sich somit alle Behandlungen zusammenfassen, deren gemeinsames Merkmal die Berührung, der Druck, Schub oder Zug durch die Hände des Therapeuten darstellt.

Nur in seltenen Fällen werden einfache Hilfswerkzeuge in manuellen Behandlungen eingesetzt.

Im engeren Sinne wird der Begriff „Manuelle Therapie“ heutzutage für bestimmte Techniken und Behandlungskonzepte angewendet, wie zum Beispiel:

Manuelle Therapie nach Maitland oder Kaltenborn, Osteopathie, Dorn, Cyriax, Cross, Brügger, Lymphdrainage, Chiropraktik, Triggerpunkttechniken, aber auch Massagen und viele andere Behandlungen mit den Händen.

Geschichte

Mit Sicherheit gehören manuelle Techniken zu den ersten medizinischen Techniken, die von Menschen angewendet wurden. Die Möglichkeit die Hände als Werkzeuge einzusetzen und die Erkenntnis, dass einige Schmerzzustände gut auf Druck reagieren, haben sehr früh zu „Massagen“ und manuellen Drucktechniken in der Behandlung von Leiden geführt, wenn auch ursprünglich vor dem Hintergrund dämonischer, anstelle anatomischer Vorstellungen.

Durch immer genauere Kenntnisse der Anatomie haben sich seit Ende des 19. Jahrhunderts, insbesondere aber seit der 2. Hälfte des 20. Jahrhunderts, viele manuelle Behandlungstechniken zu den ausgereiften Behandlungskonzepten entwickelt, die wir heute kennen.

Techniken und Konzepte

Techniken beschreiben therapeutische Maßnahmen zur Verbesserung bestimmter Strukturen, beispielsweise verbessert die Lymphdrainage den Fluss der Lympheflüssigkeit im Körper, die Beckenkorrektur beschäftigt sich mit der Wiederherstellung der knöchernen Symmetrie durch die Veränderung der Beckenposition, bei der Muskelmassage werden Muskeln durch Querdehnung sowie Druck gedehnt und entspannt...

Konzepte, wie „Manuelle Therapie nach Maitland“ oder „Osteopathie“ bedienen sich vielerlei Techniken, um mehrere an einem gestörten Bewegungsablauf beteiligte Gewebe wie Muskeln, Sehnen, Bänder, Knochen und Bindegewebe zu behandeln.

Verbindendes Merkmal eines Konzeptes sind dabei oft funktionelle Schwerpunkte, aber auch unterschiedliche Ansichten über funktionelle Zusammenhänge des Bewegungsapparates.

Diagnose und Therapie

Jeder Druck, der auf den Körper ausgeübt wird hat durch Erwärmung, Entspannung, Dehnung oder Mobilisation eine Wirkung auf die darunter liegenden Strukturen.

Andererseits gibt jede Berührung, jeder Druck dem Behandler Informationen über den Zustand und die Beschaffenheit des Gewebes.

Diagnose und Therapie liegen bei allen manuellen Techniken sehr eng beieinander. Bei vielen Techniken sind sie nicht auseinanderzuhalten.

In der Praxis bedeutet dies, dass der Therapeut in der Regel mit dem Ertasten auffälliger Strukturen im Schmerzbereich des Patienten beginnt. Der Übergang von der Befunderhebung zur Behandlung ist meist fließend.

Wirbelblockaden lassen sich beispielsweise durch seitliches Drücken gegen die Dornfortsätze der Wirbel auffinden.

Gibt der Wirbel diesem Druck nach, so ist er frei beweglich. Blockierte Wirbel fühlen sich hart an, die angrenzenden Wirbel bewegen sich mit.

Der intermittierende Druck gegen die Wirbelkörper kann über einige Sekunden bis Minuten durchgeführt den blockierten Wirbel sanft mobilisieren als Vorbereitung oder anstelle eines chiropraktischen Griffes.

Bei dieser Technik spürt der Behandler, bei welchem Druck der Wirbel beweglicher wird oder umliegende Muskeln anspannen und die Verhärtung verstärken. Auf diese Weise kann der Behandlungsdruck direkt der jeweiligen Situation angepasst werden.

Erfahrene Manualtherapeuten haben ein sehr feines Gespür für die Strukturen des Körpers. Gezielte Tests, anatomische Kenntnisse und ein sensibler Tastsinn ermöglichen oft genaue Diagnosen. Im Zweifelsfall sind bildgebende Diagnoseverfahren hinzuzuziehen.

Indikationen

Fast alle Manuellen Therapien behandeln direkt und ursächlich Probleme des Bewegungsapparates, also Beschwerden der Knochen bzw. Knochenstellung, Muskeln, Bänder, Sehnen, und des Bindegewebes. Bei funktionellen Störungen, wie z.B. Dysbalancen im Muskelbandapparat, Knochenfehlstellungen, Gewebeverhärtungen, Wirbelblockaden etc., können manuelle Behandlungen oft sehr schnell große Erfolge bringen. Bei anatomisch-strukturellen Veränderungen, wie z.B. Knochenverfor-

mungen oder Knochenbrüchen, Bandscheibenvorfällen,- oder chronischen Beschwerden, können manuelle Behandlungen lindern und eventuell den Heilungsprozess beschleunigen.

Jede Manuelle Therapie beeinflusst auch die Durchblutung und die Haut des behandelten Bereiches.

Über bekannte reflektorische Zusammenhänge werden auch innere Organe beeinflusst, in der Osteopathie werden innere Organe über das Bindegewebe behandelt. Da es oft schwierig ist, die betroffenen Strukturen bzw. die Ursachen funktioneller Störungen genau zu erkennen und die Anzahl der Manuellen Therapien groß ist, bedarf es einer genauen Diagnose und eines erfahrenen Behandlers, um zu entscheiden, welche Therapie für welchen Patienten sinnvoll ist.

Manuelle Therapien werden von Ärzten, insbesondere Orthopäden, aber auch Sportmedizinern, Heilpraktikern und auch Physiotherapeuten angewendet.

Resümee

Manuelle Therapien sind ein unverzichtbarer Bestandteil des medizinischen Systems. Die allermeisten Techniken sind schonend und schmerzfrei oder zumindest schmerzarm.

Manuelle Therapien sind meist Therapien, die sich mit den Ursachen von Beschwerden beschäftigen. Die Behandlungen setzen direkt korrigierend oder lindernd am gestörten Gewebe an ohne Schmerzen zuzudecken.

Die meisten manuellen Behandlungstechniken und Konzepte sind schulmedizinisch anerkannt oder zumindest akzeptiert.

Naturheilpraxis Matthias Eubel

Donders-Ring 6
48151 Münster

Tel.: (02 51) 9 74 28 72

Fax: (02 51) 9 74 28 73

www.m-eubel.de

info@m-eubel.de