

Amerikanische Chiropraktik als ein Baustein ganzheitlicher Gesundheit

Warum das Nervensystem den Schlüssel liefert | *Friedemann Theill*

Ernährung, Bewegung, Work-Life-Balance und psychisches Wohlbefinden spielen im Rahmen einer ganzheitlichen Gesundheitsbetrachtung eine zentrale Rolle – so der weitestgehend bestehende Konsens im alternativmedizinischen Bereich. Dass ein gesunder Körper und Geist auch ein intaktes Nervensystem voraussetzt, wird bislang deutlich seltener thematisiert. Dabei folgt diese These einer einfachen Logik: das Nervensystem steuert nachweislich alle Prozesse im menschlichen Organismus. Kommt es hier zu Störungen durch Subluxationen an der Wirbelsäule, kann das weitreichende gesundheitliche Folgen haben. Vor diesem Hintergrund hat die Weltgesundheitsorganisation erst kürzlich den Subluxations-Komplex in die Liste der internationalen Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme aufgenommen. Auf dieser Basis behandelt Amerikanische Chiropraktik.

Das Nervensystem als Schlüssel für Gesundheit

Im menschlichen Körper sind alle Funktionen, Organe und Prozesse über das zentrale Nervensystem miteinander verknüpft. Kommt der Informationsfluss in diesem komplexen System ins Stocken, wird in der Amerikanischen Chiropraktik von Subluxationen gesprochen. Darunter sind Störungen oder Irritationen des Nervensystems

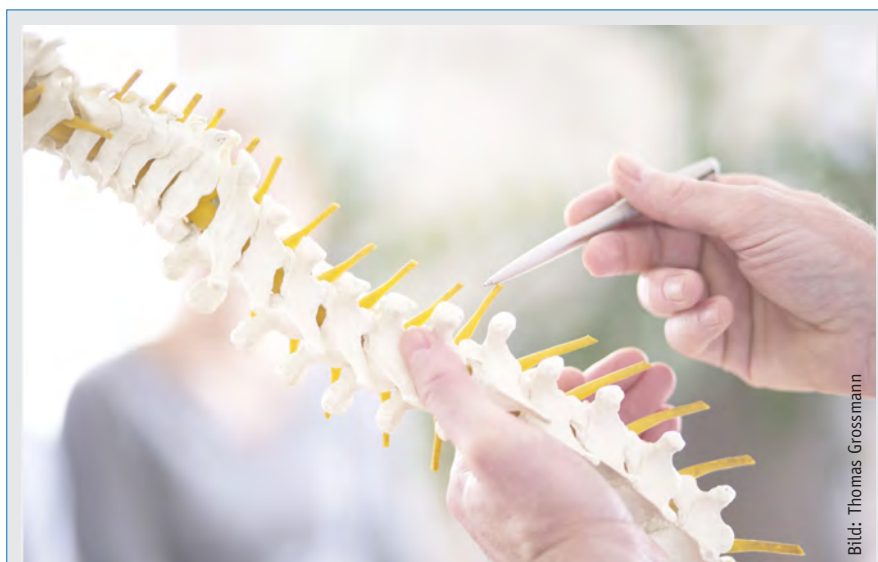


Abb. 1: Die Wirbelsäule schützt unser Rückenmark, ihr entspringen die Nervenbahnen.

zu verstehen, die häufig an der Wirbelsäule, dem knöchernen Schutz des Nervensystems, entstehen. Ursachen dafür finden sich meist in den Belastungen des täglichen Lebens: Stürze, zu langes Sitzen am Schreibtisch oder Fehl- und Schonhaltungen, die unabhängig vom Alter auftreten können.

Es kommt zu einer Subluxation, wenn sich ein Wirbel verlagert, in dieser verlagerten Position fixiert und Störungen im Nervensystem auslöst.

Dies kann sowohl Bewegungsmuster und Muskelbalance beeinflussen als

auch die normale Funktion der Organe. Da die Mehrzahl der Nerven nicht schmerzleitend ist, verursachen Subluxationen im Moment ihres Entstehens häufig erst einmal keine Schmerzen. So können Subluxationen lange Zeit symptomlos bestehen, bevor Störungen am Bewegungssystem oder an den Organen erkennbar werden.

Wie Chiropraktik dem Körper hilft

Amerikanische Chiropraktik beruht auf der Philosophie, dass der

menschliche Körper ein sich selbst regulierendes und selbst heilendes System ist. Im modernen Alltag wird diese Selbstregulation mitunter stark gefordert – durch Stress, wenig Bewegung, ungesundes Essen etc. Dies alles kann das System bis zu einem bestimmten Punkt kompensieren. Erst bei qualitativer und/oder quantitativer Überforderung des Gesamtsystems entwickeln sich spürbare und nachweisbare Symptome. Um die verloren gegangenen Selbstheilungskräfte zu reaktivieren, braucht der Körper Unterstützung von innen und außen. Die Amerikanische Chiropraktik spricht in diesem Zusammenhang von den fünf Säulen der Gesundheit. Nur wenn sie harmonisch zusammenwirken, kann der Körper sich wieder selbst regulieren.

Chiropraktik hat sich mit dem Nervensystem auf eine der fünf Gesundheitssäulen spezialisiert. Dem zugrunde liegt die These, dass der Mensch in der Regel gesund und im Vollbesitz seiner Selbstheilungskräfte zur Welt kommt. Doch Geburtstraumata (z. B. ausgelöst durch den Einsatz von Saugglocken), Stürze, Verletzungen oder andere Einflüsse können im Laufe des Lebens zu Fehlstellungen der Wirbel und Nervenschstörungen führen. Diese Veränderungen schwächen den Organismus und nehmen ihm die angeborene Fähigkeit, sein Gesundheitspotenzial voll auszuschöpfen.

Den Ursachen auf der Spur

Natürlich behandelt Amerikanische Chiropraktik Patienten auch, wenn sie mit akuten Beschwerden zum Chiro-

Die fünf Säulen der Gesundheit

Jeder menschliche Organismus besitzt körpereigene Selbstheilungskräfte. Sie zu aktivieren, ist die Herausforderung, die an fünf Punkten ansetzt:

1. Ernährung und Trinken
2. Bewegung
3. Work-Life-Balance
4. Psychisches Wohlbefinden
5. Intaktes Nervensystem



Abb. 2: Diagnose mit EMG-Scan

praktiker gehen. Allerdings verfolgt die Chiropraktik dabei den Anspruch, den Ursachen von Erkrankungen oder Beschwerden auf den Grund zu gehen und nicht nur das Symptom zu behandeln. Ziel der Amerikanischen Chiropraktik ist folglich, das Nervensystem durch eine Korrektur der Wirbelfehlstellungen zu entlasten und somit die Selbstheilung des Körpers auf natürliche Weise zu fördern. Hierfür gibt der Chiropraktiker nur die entsprechenden Impulse, um Schaden verursachenden Nervendruck zu beseitigen und so die Funktion sowie Kommunikation im Körper des Patienten zu verbessern.

Um diesem ganzheitlichen Ansatz gerecht zu werden, steht vor jeder chiropraktischen Behandlung neben einer umfangreichen Anamnese eine umfassende Untersuchung, die den Zustand der Wirbelsäule und des Nervensystems sowie deren Funktion analysiert, Subluxationen erkennt und jegliche Kontraindikationen ausschließt. Hinzu kommen in der Regel eine Beurteilung von Haltung und Beweglichkeit, orthopädische und neurologische Tests sowie spezielle Untersuchungen des Nervensystems. Außerdem bezieht der Chiropraktiker bereits vorhandene Befunde wie zum Beispiel Röntgen- oder MRT-Bilder sowie auch Blutuntersuchungen mit in die Analyse ein. Auf Basis dieser Ergebnisse entwirft der Chiropraktiker einen speziell auf die Bedürfnisse des Patienten ausgerichteten Behandlungsplan.

Subluxationen beheben

Die Korrektur von Subluxationen wird Justierung genannt. Bei einer chiropraktischen Justierung wird immer ein zielgerichteter Impuls gesetzt, der – je nach Technik – sehr sanft ist.

Unterstützend kommen dabei Impulsgeräte wie der Activator und spezielle Chiropraktik-Tische zum Einsatz. Welche Techniken bei der Justierung eingesetzt werden, ist abhängig u. a. von der Vorgeschichte des Patienten sowie dem individuellen Behandlungsverlauf.

Um nun die Subluxation zu lösen und den Informationsfluss im Nervensystem wieder herzustellen, wird bei der

Philosophie

Ziel – und gedanklicher Ansatz – der Amerikanischen Chiropraktik ist es, die Selbstheilungskräfte des Körpers zu aktivieren, um ihm so Gesundheit zu ermöglichen. Diese Philosophie setzt ein ganzheitliches Gesundheitsverständnis voraus: Denn Gesundheit ist nicht nur die Abwesenheit von Krankheit – sie ist das harmonische Zusammenspiel der fünf Säulen Ernährung/Bewegung/Work-Life-Balance/Psychisches Wohlbefinden UND intaktes Nervensystem.

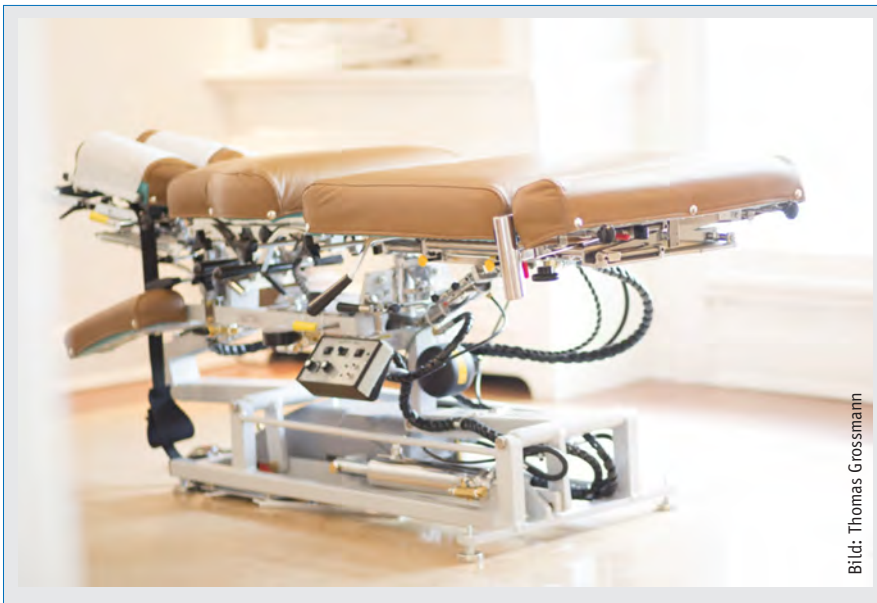


Bild: Thomas Grossmann

Abb. 3: Aus der Chiropraktik nicht mehr wegzudenken: die speziellen Behandlungstische

Justierung ein sanfter, kontrollierter und gezielter Impuls eingesetzt. Justierungen mit einer bestimmten und genau dosierten Kraft, in die richtige Richtung und zum richtigen Zeitpunkt, bewirken Änderungen in der Position der einzelnen Wirbel und der Gesamtbewegung der Wirbelsäule. Im Laufe der Behandlung werden dadurch gestörte strukturelle und neuronale Muster korrigiert. Sind die Blockaden erst gelöst, können die Nervenimpulse ungestört fließen, Muskeln und Organe ihre Arbeit wieder ungehindert verrichten.

Prävention durch Chiropraktik

Wie so häufig beginnt auch beim Chiropraktiker normalerweise erst dann

die Behandlung, wenn ein Patient aufgrund seiner spezifischen Symptome Hilfe sucht.

Wer keine Beschwerden hat, sucht sich in der Regel keine medizinische Begleitung. Dabei liegt genau hier der Denkfehler: Denn würde ein Mensch von klein auf chiropraktisch behandelt, würden viele Beschwerden gar nicht erst entstehen können.

Daher setzt die chiropraktische Behandlung schon bei den Kleinsten an. Gerade für sie eignen sich die sanften Techniken der Amerikanischen Chiropraktik. Wichtig ist das vor allem deshalb, weil im Rahmen des Geburtsvorganges insbesondere die ersten beiden Halswirbel durch Druck und Zug subluxiert werden können. Typische Folgen

sind u. a. häufiges Schreien, Schlafstörungen, Trink- und Schluckprobleme oder motorische Unruhe. Dabei reichen bei Babys und Kleinkindern schon minimale Behandlungsimpulse aus, um die Weichen für eine langfristige Gesundheit zu stellen. Eine Beeinträchtigung der Funktion des Nervensystems zeigt sich aber auch oft erst später, wenn die Entwicklung des Kindes schon weiter fortgeschritten ist, beispielsweise durch Kopfschmerz, Konzentrations-, Lese- oder Rechtschreibprobleme – Symptome, die sich unterstützend mit den Methoden der Amerikanischen Chiropraktik behandeln lassen.

Natürlich können sich auch bei Erwachsenen Subluxationen in körperlichen Symptomen manifestieren, wenn sie nicht behandelt werden. Das reicht von Beschwerden am Bewegungssystem (z. B. „unspezifischer Rückenschmerz“) über Organstörungen bis hin zu Migräne, Tinnitus o. ä.

Dabei gilt ganz grundsätzlich: Je länger bei einem Menschen durch Wirbelfehlstellungen ausgelöste Nervenstörungen vorliegen, desto länger wird es auch dauern, bis diese behoben sind.

Die große Vision der Chiropraktik ist es daher, solche Beschwerdebilder gar nicht erst entstehen zu lassen und dem menschlichen System durch präventive chiropraktische Behandlung die Fähigkeit zur Selbstheilung – zum Gesundsein – zu erhalten.

Chiropraktik – weit mehr als eine Technik

Amerikanische Chiropraktik in Deutschland basiert dabei längst nicht mehr nur auf einer bloßen Fokussierung auf die Technik der Justierung. Diese Perspektive wird der Chiropraktik als ganzheitlichem Regulationssystem nicht gerecht, ebenso wie das rein schulmedizinische Verständnis von symptombezogener Behandlung. Schließlich ist der menschliche Körper mehr als die Summe seiner Einzelteile. Erst im Zusammenspiel mit dem philosophischen Überbau und der wissenschaftlichen Untermauerung chiropraktischer Erfolge bekommen die einzelnen Techniken ihren komplexen Wert und ermöglichen eine Verbesserung des Gesundheitszustandes bzw. die natürliche Gesunderhaltung.

Wissenswertes

Der Begriff „Chiropraktik“ leitet sich aus dem Altgriechischen ab und bedeutet so viel wie „mit der Hand getan“. Die grundlegenden Behandlungswerkzeuge des Chiropraktikers sind folglich seine Hände. Mit ihnen führt er die ganzheitlichen Behandlungsmethoden aus. Als einer der ersten erkannte der US-Amerikaner Daniel David Palmer im ausgehenden 19. Jahrhundert, dass bei einer Fehlstellung der Wirbel Spannungen und Störungen innerhalb des zentralen Nervensystems entstehen können. Palmer gilt als Begründer der Amerikanischen Chiropraktik in ihrer heutigen Form.

Wichtig dabei ist: Eine Justierung in der Amerikanischen Chiropraktik ist gekennzeichnet durch einen gezielten und kontrollierten Impuls. Nur bei einem solchen Vorgehen ist gewährleistet, dass sich die Korrektur ausschließlich auf das Segment der Subluxation beschränkt und der Organismus die spezifischen Informationen erhält, die er zur Gesundwerdung und -erhaltung benötigt.

Während die Philosophie dabei hilft, die Chiropraktik als ganzheitliches Regulationssystem zu verstehen, leistet die Wissenschaft einen wichtigen Beitrag dazu, Chiropraktik auch argumentativ verstärkt nach außen zu tragen. Anspruch der Wissenschaft ist natürlich die Beweisbarkeit und Wiederholbarkeit von chiropraktischen Erfolgen. Dank der fortschreitenden Akademisierung – Chiropraktiker können inzwischen den Master of Science Chiropraktik absolvieren – konnte hier aber eine Lücke geschlossen werden. Dies hat nicht zuletzt auch dazu geführt, dass die Chiropraktik zunehmend für andere Berufszweige aus dem Gesundheitsbereich interessant wird. In chiropraktischen Fort- und Weiterbildungen lernen inzwischen u. a. Ärzte und Heilpraktiker Seite an Seite.



Friedemann Teill

Heilpraktiker und Diplom-Sportlehrer, leitet seit 1993 in Köln eine Praxis für Amerikanische Chiropraktik und ganzheitliche Sportmedizin. Er ist Gründungsmitglied der Deutsch-Amerikanischen Gesellschaft für Chiropraktik (DAGC). Der frühere Leistungssportler und heutige Hob-

byläufer gilt als Spezialist u. a. für Chiropraktik im Sport und ist zudem seit 2006 bei Chiropraktik Campus in der Ausbildung für Amerikanische Chiropraktik tätig. Zuvor war Theill langjähriger Dozent in der Sportheilpraktiker-Ausbildung an den Deutschen Paracelsus-Schulen für Naturheilverfahren.

Kontakt:

Deutsch-Amerikanische
Gesellschaft für Chiropraktik
Ehstorfer Straße 3
D-20114 Rosengarten
info@dagc.de, www.dagc.de