



strukturelle Osteopathie / Chiropraktik

Sitzen ist die schlechteste Haltung für den menschlichen Körper. Daher gibt es kaum noch einen Menschen, bei dem die Wirbelsäule gerade ist und alle Wirbel richtig stehen. Die Wirbelverschieben sich dann oft nach links oder rechts oder drehen und verlagern sich aus ihrer Längsachse. Wenn dann auch noch ein sinnvoller Ausgleich (z.B. durch mäßigen Sport) zu der "erlernten Fehlbewegung" fehlt, wird dem Körper oft die Möglichkeit einer "Selbstheilung" genommen.

Dies führt dann meist zu *Rückenschmerzen*, die aber ebenso ein Warnsignal für schwere Probleme sein können !

Die Chiropraktik stellt nun die richtige Position der einzelnen Wirbelkörper zueinander *mit Hilfe sanfter, aber gezielter Druck-, Zug- und Drehmanipulationen*, wieder her, was auch "Reponieren" genannt wird.

Das hat dann zur positiven Folge, dass sowohl der Nachrichten- wie auch der Blutfluss (wegen möglicher erworbener Nerven- und Blutgefäßstauungen) wieder richtig funktionieren kann. Dadurch können mögliche Schmerzzustände und Bewegungseinschränkungen gemindert oder sogar gänzlich beseitigt werden.

Auch wenn ein Zustand schon als chronisch bezeichnet wird, ist oft noch ein positiver Effekt zu verspüren.

Historie:

D.D. Palmer gilt als Begründer der modernen Chiropraktik: geboren Mitte des 19. Jhr. in Ontario, Kanada. Ende des 19. Jhr. gründete er die Palmer School of Chiropractic in den USA.

Von den Medizinern seiner Zeit verkannt, und als Kurfuscher und Scharlatan verschrien, kam er für seine Idee sogar einige Male ins Gefängnis, da er ohne Erlaubnis die Heilkunde ausübte. Aber er gab seine revolutionäre und doch schon jahrtausende alte Vorstellung einer Heilung über die Wirbelsäule nicht auf und setzte sich zum Wohle des Patienten mit seiner Lehrmeinung über die Chiropraktik durch.

Er starb schließlich wenige Jahre später an den Folgen einer Typhuserkrankung in Los Angeles, Kalifornien

Eine kleine Wirbelsäulenkunde finden Sie auf der folgenden Seite.



kleine Wirbelsäulenkunde

Die Halswirbelsäule

Der 1. Halswirbel, Atlas genannt, trägt den Kopf (wie "Atlas" in der griechische Antike die Weltkugel). Dieser sitzt auf dem 2. Halswirbel, der Axis (> Achse) auf, und wird von einem zahnförmigen Gebilde (Dens) geführt. Zwischen Axis und Atlas sind starke Bänder, welche, die beiden wie eingutes Ehepaar zusammenhalten. Der Atlas kann sich auf der Dens um seine vertikale Achse drehen, allerdings nur bei richtiger Stellung der beiden zu einander und im gesamten Gefüge.

> hier ist auch die größte Drehfähigkeit des Kopfes zu finden.

Die übrigen 5 Halswirbel beteiligen sich ebenfalls an der Kopfdrehung, sind aber hauptsächlich für die Vorwärts – und Rückwärtsneigung, sowie für die Seitwärtsneigung zuständig.

Die Brustwirbelsäule

Sie hat 12 Wirbel, die durch kleine Gelenkflächen auf einander "gleiten". Durch die Stellung dieser Gelenkflächen ist eine Drehbewegung des Oberkörpers nach links und rechts sehr gut möglich. Die Neigung nach vorne ist nicht so gut möglich, eine Rückwärtsneigung fast gar nicht. Die Rippen sind ebenfalls mit kleinen Gelenkflächen an den Brustwirbeln befestigt. Vorne sind diese am Brustbein befestigt, zusammen mit den Schlüsselbeinen (Claviculae) und den jeweiligem Schulterdach (Acromium), wird so der Brustkorb gebildet.

Die Lendenwirbelsäule

Sie wird aus 5 Wirbeln gebildet. Diese sind die größten der gesamten Wirbelsäule, da hier auch die größten Kräfte auftreten. Die Vorwärts- und Rückwärtsneigung findet hauptsächlich hier statt, eine Drehbewegung ist dagegen kaum möglich.

Das Kreuzbein (os sacrum)

Dann kommt das Kreuzbein (Sacrum). Es hat die Form eines Dreieckes, und besteht aus fünf, zusammengewachsenen Wirbeln.

An den sogenannten "Ileosacralgelenken" ist es mit den Hüftpfannen verbunden. Zusammen mit der Symphyse (Schambeinknorpel), den Schambeinknochen und dem Steißbein wird der körnerne Beckengürtel gebildet. Wie auch die übrige Wirbelsäule, wird der Beckenbereich von starken Bändern und Muskeln stabilisiert.

Das Steißbein (os coccygis)

Es wird aus drei bis fünf Wirbeln gebildet. Diese sind bogenförmig angeordnet, und enden im Bereich des Enddarmes. Bei einem Sturz auf das Steißbein kommt es oft zu einer Verschiebung, manchmal zu einem Bruch eines der Endglieder, wodurch dann manchmal auch die Darmpassage behindert werden kann.