Haug

Arndt Bültmann

Geboren 1970 in Oldenburg (Niedersachsen).
Diplom-Sportlehrer, Heilpraktiker, Osteopath D.O.
1991–1995 Diplom-Sportlehrer-Studium an der Deutschen Sporthochschule, Köln; Ausbildung zum Heilpraktiker im Jahr 2000; Beginn der Osteopathieausbildung im selben Jahr am Institut für Angewandte Osteopathie (IFAO) mit BAO-Abschluss im Jahr 2005. Seit 2006 Dozent am IFAO; in selbstständiger Tätigkeit als niedergelassener Heilpraktiker in Köln und Kerken seit 2004.

Arndt Bültmann

QuickStart Osteopathie

87 Abbildungen

Karl F. Haug Verlag · Stuttgart

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.d-nb.de abrufbar.

Anschrift der Autors:
Arndt Bültmann
Am Wiesengrund 7
47647 Kerken

© 2012 Karl F. Haug Verlag in
MVS Medizinverlage Stuttgart GmbH & Co. KG
Oswald-Hesse-Str. 50, 70469 Stuttgart

Unsere Homepage: www.haug-verlag.de

Printed in Germany

Umschlaggestaltung: Thieme Verlagsgruppe
Umschlagfoto: Nicole Bültmann, Kerken
Satz: stm | media GmbH, Köthen
Satzsystem: Adobe InDesign CS 5.5
Druck: AZ Druck und Datentechnik, Kempten

ISBN 978-3-8304-7319-0 1 2 3 4 5 6

Auch erhältlich als E-Book:
eISBN (PDF) 978-3-8304-7485-2

Wichtiger Hinweis: Wie jede Wissenschaft ist die Medizin ständigen Entwicklungen unterworfen. Forschung und klinische Erfahrung erweitern unsere Erkenntnisse, insbesondere was Behandlung und medikamentöse Therapie anbelangt. Soweit in diesem Werk eine Dosierung oder eine Applikation erwähnt wird, darf der Leser zwar darauf vertrauen, dass Autoren, Herausgeber und Verlag große Sorgfalt darauf verwandt haben, dass diese Angabe dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes entspricht.

Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann vom Verlag jedoch keine Gewähr übernommen werden. Jeder Benutzer ist angehalten, durch sorgfältige Prüfung der Beipackzettel der verwendeten Präparate und gegebenenfalls nach Konsultation eines Spezialisten festzustellen, ob die dort gegebene Empfehlung für Dosierungen oder die Beachtung von Kontraindikationen gegenüber der Angabe in diesem Buch abweicht. Eine solche Prüfung ist besonders wichtig bei selten verwendeten Präparaten oder solchen, die neu auf den Markt gebracht worden sind. Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers. Autoren und Verlag appellieren an jeden Benutzer, ihm etwa auffallende Ungenauigkeiten dem Verlag mitzuteilen.

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Vorwort

Der *QuickStart Osteopathie* soll all denjenigen eine Orientierungshilfe bieten, die sich für die osteopathische Therapie interessieren. Therapeuten und Medizinern, mit oder auch ohne manualtherapeutische Ausbildung, soll dieses Werk als globale Übersicht über wesentliche Funktionsweisen der osteopathischen Medizin dienen.

Es erhebt weniger den Anspruch wissenschaftlich fundiert bis ins Detail zu sein, sondern soll dem Einsteiger einen groben Überblick gewähren, ihn vertraut machen, mit welchen Instrumenten er am Patienten arbeiten wird und in welchen Körperregionen Autoregulationen angeregt werden können. Es soll ihm die große Bandbreite an Behandlungsansätzen vor Augen führen und gleichzeitig zeigen, dass mit einem geringen therapeutischen Aufwand ein relativ großer Effekt auf das Wohlbefinden der Patienten erzielt werden kann.

Es dient auch als kleines Nachschlagwerk für diejenigen, die sich über die eigene Behandlung hinaus mit diesem Wissensgebiet auseinandersetzen möchten und dabei bereit sind – wie viele berühmte Osteopathen vor ihnen – in einen anderen Berufszweig zu wechseln.

Durch das Erlernen und Verinnerlichen der Ideen und Konzeptgestaltung dieser manuellen Therapieform eröffnen sich vielleicht auch Ihnen neue Erkenntnisse über sich selbst.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Freude beim Einstieg in die Osteopathie.

An dieser Stelle sei all jenen gedankt, die mir den Zugang zu dieser schönen Art des Therapierens ermöglicht haben. So nah an den Veränderungen des Patienten zu sein, ist etwas Wunderbares. Aus diesem Grund ein großes Dankeschön an meine Lehrer vom Institut für angewandte Osteopathie (IFAO), Werner Langer und Phillip Richter. Ihr habt mir eine gute Grundlage für die therapeutische Arbeit gegeben und mich, mit eurer motivierten Art zu unterrichten, für meine Tätigkeit an eurem Institut bestens vorbereitet.

Auch dir danke ich, Rene, dass du mich im 2. Ausbildungsjahr so intensiv unterstützt hast, mit der Osteopathie weiterzumachen, und mich damit meinen beruflichen Weg hast finden lassen.

Zum Schluss danke ich v.a. euch beiden, Nicole und Luca, die ihr all die Entbehrungen der letzten 2 Jahre so toll „gemeistert“ habt und mich genau da unterstützt habt, wo ich es am meisten brauchte.

Kerken, im Oktober 2011
Arndt Bültmann

Inhaltsverzeichnis

Vorwort ... V

1 Osteopathie – Definition, Begründung, Geschichte ... 1
1.1 Begründer und Wegbereiter der Osteopathie ... 1
1.1.1 Der Vater der Osteopathie ... 1
1.1.2 Der Nachwuchs aus Schottland ... 4
1.1.3 Geburtsstunde der kraniosakralen Osteopathie ... 5
1.1.4 Entwicklung der Osteopathie in Europa ... 6
1.2 Stellung der Osteopathie innerhalb der Medizin ... 7
1.2.1 Im Spannungsfeld von Intuition und Wissenschaft ... 7
1.2.2 Akzeptanz heute ... 7
1.3 Anerkennung der Osteopathie in Deutschland ... 8
1.3.1 Rechtliche Situation ... 8
1.3.2 Stand der Forschung ... 8
1.3.3 Fachverbände in Deutschland ... 9
1.4 Voraussetzungen für die osteopathische Praxis ... 10
1.4.1 Qualifikation – der Weg zum Erfolg ... 10
1.4.2 Therapeutische Schwerpunkte ... 10
1.4.3 Anforderungen an den Therapeuten ... 11
1.5 Wann ist eine osteopathische Behandlung indiziert? ... 12
1.5.1 Indikationen in der täglichen Praxis ... 12
1.5.2 Gesunderhaltung und Prophylaxe ... 13
1.5.3 Osteopathische Behandlungsfelder ... 13

2 Fünf Grundpfeiler der Osteopathie ... 15
2.1 Bewegung und „Bewegen“ steht über allem ... 15
2.1.1 Muskeln als Motor des Lebens ... 15
2.1.2 Regulation durch Bewegungsimpulse ... 15
2.2 Vorherrschaft der Arterie – Zirkulation der Körperflüssigkeiten ... 16
2.2.1 Flüssigkeitssysteme ... 16
2.2.2 Förderung der Zirkulation ... 17
2.3 Der Mensch als untrennbare Einheit ... 17
2.3.1 Vernetzung aller Strukturen ... 17
2.3.2 Osteopathische Funktionsketten ... 18
2.4 Beziehung von Struktur und Funktion ... 18
2.4.1 Von Beginn an – Embryonalentwicklung ... 19
2.4.2 Anpassungen des mütterlichen Körpers ... 19
2.5 Fähigkeit zur Autoregulation – Selbstheilungskräfte ... 20
2.5.1 Regel- und Steuerungsprozesse ... 20
2.5.2 Anregung zur Selbstheilung ... 20

3 Drei Teilgebiete der Osteopathie ... 23
3.1 Parietale Osteopathie ... 23
3.1.1 Historische Epochen der Manualtherapie ... 23
3.1.2 Orientierungskriterien der parietalen Osteopathie ... 24
3.2 Kraniosakrale Osteopathie ... 28
3.2.1 Therapeutische Orientierung der kraniosakralen Osteopathie ... 28
3.2.2 Mechanismus der kraniosakralen Therapie ... 29
3.2.3 Faszialer Spannungsmechanismus ... 31
3.2.4 Kraniosakrale Untersuchung am Beispiel des Sphenobasilargelenks ... 32
3.2.5 Dysfunktionen des Sphenobasilargelenks ... 34
3.3 Viszerale Osteopathie ... 34
3.3.1 Viszerale Behandlungsmethoden ... 35
3.3.2 Theorie der viszeralen Bewegung nach Barral ... 35

4 Anamnese ... 39
4.1 Gesprächssituation ... 39
4.1.1 Gesprächssetting ... 39
4.1.2 Gesprächsführung ... 40
4.2 Differenzialdiagnostik ... 40
4.3 Erhebung kausaler Zusammenhänge der geschilderten Symptome ... 41
4.3.1 Die ersten Minuten gehören dem Patienten ... 41
4.3.2 Differenziertes Vorgehen – der Behandlungsplan ... 42
4.3.3 Fragenkatalog – die W-Fragen ... 43

5 Untersuchungsprinzipien in der Osteopathie ... 47
5.1 Osteopathische Dysfunktionen ... 47
5.1.1 Wer sucht, der findet! ... 48
5.1.2 Von global zu spezifisch – den richtigen Einstieg finden ... 49
5.1.3 Genaue Einsicht nehmen – die Patienteninspektion ... 50
5.2 Globale Tests ... 52
5.2.1 Globale parietale Tests ... 53
5.2.2 Globale viszerale Tests ... 57
5.2.3 Globale kraniale Tests ... 59
5.3 Spezifische Tests ... 60

6 Diagnostisches Vorgehen – Schritt für Schritt ... 64
6.1 Einstieg in die Diagnostik ... 65
6.1.1 Osteopathische Assoziationen ... 65
6.1.2 Leitfaden zur Diagnose und Behandlung ... 66
6.2 Globale Diagnostik in der Praxis ... 66
6.2.1 Physiologischer Test ... 67
6.2.2 Differenzialdiagnose ... 68
6.2.3 Test der Leber und des Gallenblasenkomplexes ... 70
6.2.4 Test der Halswirbelsäule ... 70
6.2.5 Assoziation Kopfgelenke ... 72
6.2.6 Assoziation Synchondrosis sphenobasilaris ... 76
6.2.7 Assoziation Schädelnaht zwischen Os occipitale und Os temporale ... 77
6.2.8 Assoziation Klavikula ... 77
6.2.9 Inhibitionstests ... 78

6.3 Spezifische Diagnostik in der Praxis 78
6.3.1 Spezifische Lebertests 79
6.3.2 Assoziation Lebermobilität 80
6.3.3 Assoziation Sympathikus 80
6.3.4 Assoziation Diaphragma thoracale 82
6.3.5 Assoziation Lendenwirbelsäule 83
6.3.6 Assoziation Iliosakralgelenk rechts 84
6.3.7 Assoziation kraniosakrales System 85
6.4 Praktische Behandlung 86
6.4.1 Behandlung der Leber 86
6.4.2 Behandlung der assoziierten Strukturen 86

7 Abbildungsnachweis. 95
8 Sachverzeichnis. 96

1 Osteopathie – Definition, Begründung, Geschichte

Es war einmal vor langer Zeit in Amerika … So oder ähnlich könnte der Beginn der Erfolgsgeschichte Osteopathie lauten.
Bei der Betrachtung von ▶ Abb. 1.1 fällt dem Leser wahrscheinlich als erstes der in der Hand gehaltene Knochen auf. Der Mann, der diesen Knochen zwischen seinen Händen hält – es ist übrigens ein Oberschenkelknochen – ist Andrew Taylor Still. Im schwarzen Anzug, mit Weste und kniehohen Stiefeln, ist er gekleidet wie ein Mann des Westens aus dem letzten oder gar vorletzten Jahrhundert. Sein Hut, der lange Bart und sein Brillengestell lassen vermuten, dass es sich bei diesem Mann um einen Lehrer, einen Mann Gottes oder vielleicht sogar um einen Arzt handeln könnte. Das Interesse des Mannes ist zumindest auf den großen röhrenförmigen Knochen gerichtet … als ginge eine wundersame Aura von ihm aus.

In diesem Kapitel erfahren Sie mehr über die wichtigsten Wegbereiter der Osteopathie, die uns ihre Ideen und Visionen als unermässlichen Erfahrungsschatz vermacht haben, mit dem wir in der Lage sind, schonend und effektiv eine Vielzahl von Erkrankungen zu heilen oder zumindest zu lindern. Der ganzheitliche Ansatz, die Suche nach der tatsächlichen Ursache der Beschwerden, die Rückbesinnung auf die Selbstheilungskräfte des Menschen und letztlich der intensive körperliche Kontakt von Therapeut und Patient bei der Behandlung sind in unserer hoch technisierten Apparatemedizin wichtiger denn je, sodass sich die Osteopathie mittlerweile nicht nur in Amerika, sondern in weiten Teilen Europas als anerkannte Therapieform etabliert hat.

1.1

Begründer und Wegbereiter der Osteopathie

Die osteopathische Medizin ist wie kaum eine andere Therapieform geprägt von ihren Begründern, allen voran Andrew Taylor Still, dem Vater der Osteopathie. Daneben waren John Martin Littlejohn und William Garner Sutherland sowie in Europa Jean-Pierre Barral wichtige Wegbereiter der Osteopathie. Ihre ganz persönliche Herangehensweise und Erfahrung führten zu Behandlungsansätzen, die bis heute Bestand haben. Als wahre Visionäre waren sie in vielen Belangen ihrer Zeit weit voraus, wie folgende Ausführungen zeigen.

1.1.1 Der Vater der Osteopathie

Dr. Andrew Taylor Still wurde 1828 in Virginia, USA, geboren. Schon im Alter von 7 Jahren begann Still, der die meiste Zeit seines Lebens in der Natur verbrachte, mit der Jagd, um die Familie mitzuversorgen. Dabei schoss er nicht nur die Tiere, sondern er häutete sie, zerlegte sie und beschäftigte sich zunehmend mit ihrer Anatomie. Später, im weiteren Verlauf des Heranwachsens, versuchte er, das Gesehene auf die menschliche Anatomie zu übertragen.

Durch seine aktive Dienstzeit im amerikanischen Bürgerkrieg und durch eine große Choleraepidemie, v.a. unter den Indianern vom Stamme der Shawnee, gab es ausreichend Studienmaterial, um direkt an den menschlichen Strukturen zu lernen. Die **Anatomie des Knochens** galt damals für Still wie auch heute für uns als **Orientierungspunkt für strukturelle Abweichungen**. Still selbst würde seine Annäherung an die Medizin wahrscheinlich als eine „intuitive“, weniger intellektuelle Methode bezeichnen.

Definition

Osteopathie leitet sich nach Still’s Definition aus dem Griechischen „osteon“ = Knochen und „pathos“ = Leid ab. Da Still die Veränderung der Struktur in seiner Funktion als den zentralen und inspektorisch als den markantesten Ansatzpunkt definierte, kombinierte er beide Begriffsanteile zu dem Wort „Osteopathie“.

▶ **Abb. 1.1** Andrew Taylor Still.

Leid musste Still in seinem Leben auch erfahren, hilflos musste er mitansehen, wie seine erste Frau und 3 seiner Kinder an zerebrospinaler Meningitis starben, der die damalige Schulmedizin unter Einsatz ihrer Medikamente nichts entgegenzusetzen hatte. Zu dieser Zeit besaß Still noch sein Vertrauen in die Fähigkeit der Ärzte, er begann aber zunehmend sich mit dem Ansatz zu beschäftigen, den die Osteopathie bis zur jetzigen Zeit verfolgt – dem Mechanismus der in jedem Organismus innewohnenden **Selbstheilungskräfte** und einer daraus resultierenden **Autoregulation**.

Lernen am Vorbild der Natur

Um sich ein möglichst vollständiges Bild vieler Funktionsstörungen und Erkrankungen zu machen, bereiste Still mit seinem Planwagen weite Teile Amerikas. Fernab großer Städte lernte er durch intensive Naturbeobachtungen: Stundenlanges Sitzen, an einen Baum gelehnt, das Erlauschen des Windes mit geschlossenen Augen, Intensivieren der eigenen Wahrnehmung bei dem, was um ihn herum passierte – dies alles waren Dinge, mit denen der Sohn eines Methodistenpredigers und Arztes viel Zeit verbrachte. **Aufmerksam** sein, sich **Hineinfühlen** und **Vertrauen** haben **–** dies sind bis heute neben dem anatomischen Verständnis für den menschlichen Körper die fundamentalen Grundlagen der Osteopathie.

Still selbst genoss eine Art geisteswissenschaftliche Ausbildung durch seinen Vater. Dieser hatte sich vorgenommen, auch die entlegendsten Gebiete Amerikas zu bereisen, um möglichst viele Menschen an den Glauben heranzuführen. Er übernahm auch die Unterrichtung seiner Kinder im Lesen und Schreiben – v.a. in den langen Wintermonaten, in denen die Familie, Eltern, Still und seine 4 Geschwister auf engstem Raum in ihrer kleinen Hütte zusammenlebten. Für die medizinische Versorgung weit ab von jeder Zivilisation war der Vater Still's auch zuständig.

Das Interesse für die manuelle Medizin kam allerdings nicht einzig allein durch die medizinische Unterrichtung und Ausbildung seines Vaters, sondern durch den engen Kontakt des jungen Still zu den Indianern vom Stamme der Shawnee. Dort ließ er sich zum Schamanen ausbilden, lernte die Heilkräfte der Pflanzenwelt und andere indianische Heilmethoden, wie z.B. das Zurücksetzen und Korrigieren ausgerenkter Knochen. Von ihnen lernte Still seine später so unverwechselbare Art, intuitiv an die Funktionsstörungen der Patienten heranzugehen.

Still hielt auch in den folgenden Jahren an seiner bewährten Methode fest, sich ausschließlich an der Erfahrungslehre der Naturmedizin zu orientieren, und ergänzte seine Forschung durch die praktische Arbeit am Patienten. Eine Universität besuchte er nie. Überliefert sind Aussagen seiner späteren Schüler, man habe ihn in einigen Vorbereitungskursen zum Medizinstudium an diversen Fakultäten gesehen.

Still setzte auf neue Schwerpunkte bei der Anamnese und Behandlung von Patienten. Insbesondere auf die Betrachtung des **Organismus als funktionelle Einheit** kam es ihm an. Es sollten alle lebensnotwendigen Gewebe in einem Zustand optimaler Mobilität sein.

Der Therapeut vertraut dabei auf die **Selbstregulierung** des menschlichen Organismus und den engen Zusammenhang von Struktur und