

Der Chiropraktor und die Haltungsschäden

Es ist nicht selten, dass ein Chiropraktor in seiner Praxis auf Schmerzsymptome stösst, die mehrheitlich durch falsche Haltungen ausgelöst und/oder durch falsche Haltungen verschlimmert werden. Ich möchte darum in dieser Ausgabe einmal etwas näher auf dieses Gebiet eingehen.

Sehen wir uns zuerst einmal die Ursachen von Haltungsveränderungen an. Es sind dies, um nur die Häufigsten zu nennen, die folgenden: Unfälle, Krankheiten, Altern, Wachstumsstörungen, Arbeitsbelastungen, Gewohnheiten und Uebergewicht. Die Ursachen können einzeln oder auch in Kombination vorkommen. Ich werde im Folgenden nur auf ein paar wenige der Ursachen eingehen, die durch einen Chiropraktor beeinflusst und behoben werden können. In den meisten Fällen ist es mit dem simplen Beheben einer Blockierung hierbei nicht getan. Oft muss der Patient zusammen mit dem Chiropraktor die Ursachen bewusst aus dem Weg räumen. Das heisst, dass Bewegungsgewohnheiten geändert werden müssen. Dies lässt sich am Besten mit Beispielen veranschaulichen.

Fall 1:

Ein Patient meldet sich mit Schmerzen im Kreuzgebiet. Diese seien vor ein paar Tagen nach dem Holzhacken und Aufschichten aufgetreten. Genauere Abklärungen ergeben dann, dass der betroffene Patient sich bei dieser Arbeit oft gebückt, und mehr noch, sich im Bücken gedreht und gehoben hat. Diese sogenannten **Drehbeugebewegungen** hatten zur Folge, dass sich dabei die Kreuzgelenke leicht geöffnet und gleichzeitig einiges ihrer Stabilität eingebüsst

haben. Es ist in solchen Fällen keine Seltenheit, dass sich ein plötzlicher Schmerz im Kreuz einstellt, der nicht selten auch im weiteren Verlauf Ausstrahlungen in eines oder beide Beine nach sich zieht.

Die Schädigung ist also offensichtlich. Die Ursache ist aber meist nicht sofort zu erkennen. In diesem Fall lag die Ursache nicht so sehr in diesem einen Mal, wo der Patient sich bei der Arbeit gebückt hat. Die Ursache liegt vielmehr in der Tatsache, dass der Patient **es gewohnt ist** sich bei Arbeiten unterhalb seiner normalen Reichweite zu bücken. Die Heilung beinhaltet also nicht nur die Beseitigung der Blockierung und mithin der Schmerzen, sondern auch eine Anpassung der Bewegungsgewohnheiten. In diesem Fall musste der Patient sich angewöhnen, sich in solchen Fällen nicht mehr zu bücken, sondern in die Knie zu gehen.

Fall2:

Eine Patientin kommt in meine Praxis mit ziehend-stechenden Schmerzen in der Gegend der rechten Schulter, genauer unter dem Schulterblatt. Sie leidet auch unter Atemnot und hat Angstanfälle, da sie nicht mehr ohne Schmerzen durchatmen kann. Das Problem entpuppt sich als ein sogenanntes Kostotransversalsyndrom, bei dem sich eine oder mehrere Rippen durch die Stauchung oder Zerrung eines Rippen-Wirbel-Gelenkes nicht mehr richtig bewegen können. Die Behebung des Schmerzes war relativ schnell und problemlos, bei der Ursache war das leider anders. Die Patientin arbeitet als Pflegerin in einem Alterspflegeheim und muss oft Pflegepatienten im Bett aufrichten und umlagern. Es zeigte sich, dass sie dies vornehmlich mit dem rechten Arm tat und dabei die rechte Seite ihres Brustkorbes chronisch überbelastete. Das Problem

bestand nun darin, noch während der Behandlung anzufangen, ihre Arbeitsgewohnheiten soweit zu verändern, dass sie beide Schultern gleichmässig belastete. Anschliessend musste die Patientin zur Schaffung von Kraftreserven anfangen, ihre Schulter-Nacken-Muskulatur zu kräftigen. Dies wird durch Physiotherapie im Anschluss an die chiropraktische Behandlung erreicht.

Meistens handelt es sich bei solchen Haltungsschäden um funktionelle Schäden. Es ist also grundsätzlich keine der betroffenen Strukturen beschädigt, sondern es handelt sich um Einschränkungen in der Funktion, welche die Schmerzen hervorrufen. Die **viel selteneren** strukturellen Schädigungen lassen zwar oft eine Besserung durch Chiropraktik zu, jedoch ist meist keine Schadensbehebung mehr möglich. Zum Abschluss muss noch gesagt werden, dass langanhaltende funktionelle Störungen oft zu strukturellen Schädigungen führen können. Es ist darum sehr wichtig, dass Sie bei einem Problem den Besuch beim Chiropraktor oder Arzt nicht zu lange hinaus-zögern, weil sich diese Probleme damit meist nur verschlimmern.

Für Fragen zu diesem Thema können Sie mich über die eMail-Adresse auf meiner Homepage www.chiro4you.ch unter der Rubrik "Chiro-Kontakt" erreichen. Ich bitte um Ihr Verständnis, dass telephonische Anfragen wegen des Zeitaufwandes leider nicht entgegengenommen werden können.
