

INFO – Mappe

Amerikanische Chiropraktik

Inhaltsverzeichnis

Einführung (zum 2.Termin)	3
Untersuchungsergebnisse (zum 2.Termin).....	5
Behandlungsplan (zum 2.Termin).....	6
Wichtige Patientenfragen zur Amerikanischen Chiropraktik	7
• Kann die Behandlung schmerzhaft sein.....	7
• „Leiern“ meine Bänder aus?	7
• Was passiert, wenn ich den Behandlungsplan nicht einhalten kann?	8
• Welche Nebenwirkungen können auftreten?	8
• Was passiert mit meinem Körper durch die Chiropraktik und was erreiche ich damit?	8
• Warum Heilung manchmal länger dauert.....	8
• Ursachen für eine verzögerte Heilung.....	8
• Was passiert, wenn ich mich nicht chiropraktisch behandeln lasse	9
• Was kostet mich meine Gesundheit?.....	10
Begriffe der Chiropraktik: Justierung und Subluxation	11
Die Sache mit den Symptomen	14
Wirbelsäule: Nerven und Zuordnungen zu den Organen	15
Leistungen der Praxis	16
chiropraktisches Lexikon	17



Wichtige Fragen, die immer wieder gestellt werden

❖ **Kann die Behandlung schmerzhaft sein?**

Viele Patienten haben schon von Freunden oder Familienmitgliedern gehört, dass die chiropraktische Behandlung - wir sagen Justierung - meist weitestgehend schmerzfrei ist. Sollten Sie bei sehr starken Verspannungen jedoch das Gefühl haben, dass eine Technik schmerzhaft werden könnte, sagen Sie uns rechtzeitig Bescheid. Wir können die Behandlung dann so modifizieren, dass Sie möglichst wenige Beschwerden haben.

❖ **"Leiern" meine Bänder aus?**

Bänder können durch eine gute chiropraktische Behandlung nicht ausleiern! Nicht nach 5 Behandlungen und nicht nach 500 Behandlungen.

Erklärung: Zunächst einmal haben die Bandstrukturen der schief stehenden Wirbelkörper (Subluxation) einen falschen Spannungszustand (eine Seite ist zu kurz, die andere zu lang bzw. ausgeleiert) solange Sie NICHT chiropraktisch behandelt sind. Erst durch entsprechend häufige chiropraktische Behandlungen kommt es zu einem Muskelaufbau und Ausgleich der Bänderspannung, was das Gelenk wieder optimal stabilisiert. Zudem arbeitet die Chiropraktik im Gelenkspiel (physiologischer Bewegungsraum) und ist somit extrem gelenkschonend.

Aber warum geistert diese Fehlinformation (Befürchtungen) nach wie vor bei uns herum?

Die einzig richtige Erklärung wäre wohl: weil es so etwas tatsächlich gibt.

Allerdings werden hier ganz offensichtlich Zahlenmodalitäten verwechselt. Eine Behandlung pro Tag bringt die Anzahl auf 365 Behandlungen pro Jahr, drei Behandlungen pro Tag ergeben über 1.000 Behandlungen pro Jahr. Kennen Sie nicht auch jemanden, der kontinuierlich (oft 10 bis 20 mal am Tag, also mehr als 5.000 mal im Jahr) seine Halswirbelsäule oder seine Finger „knackt“? Nun: Hier könnten Bänder ausleiern. Das ist nicht gut für die Gelenke.

Justierungen einmal täglich oder dreimal in der Woche hingegen sind ein gutes Maß und sogar gesund, so leiern keine Bänder aus.

Vergleichen Sie das einmal mit dem Sport. 2-3 mal pro Woche für eine Stunde ist gut für Körper und Seele. Täglich 20 Minuten Sport zählt wohl auch noch dazu. Aber wie sieht es bei 2-3 Stunden täglich oder mehr aus? Sicher nicht mehr so gut. Viele Leistungssportler entwickeln Probleme mit Herz, Bändern oder Gelenken. Und: Wer mehrere Stunden Walking, Jogging oder andere Sportarten betreibt, mag zwar noch kein Hochleistungssportler sein, schädigt aber seine Gelenke, besonders die Kniegelenke. Es gibt also immer ein „zuviel“. Wir justieren Sie nur so häufig wie es nach unserer Ansicht notwendig ist, um Sie wieder optimal in Ordnung zu bringen (s.a. persönlicher Behandlungsplan).

❖ **Was passiert, wenn ich den Behandlungsplan nicht einhalten kann?**

Im günstigsten Fall verzögert sich einfach der Heilungserfolg. Im schlechtesten Fall erreichen Sie gar nichts (wenn Sie etwa vorzeitig die Behandlung abbrechen).

Beispiele:

- Sie besuchen alle 2 Wochen ein Schwimmbad oder ein Fitness-Studio. Nehmen Sie ab? Bauen Sie Muskulatur auf? Sicherlich nicht! Im günstigsten Fall erhalten Sie sich einen Status quo. Wenn Sie abnehmen wollen, Muskulatur aufbauen wollen, müssen Sie schon häufiger etwas tun - mindestens 2-3 x pro Woche.
- Soll ich weitere Termine wahrnehmen, wenn ich bereits nach vier/fünf Behandlungen schmerzfrei bin?"

Antwort: Auf diesen sprichwörtlich guten Erfolgen beruht ja der gute Ruf der Chiropraktik. Aber im Ernst - das ist vergleichbar mit dem genialen Erfolg der Lokal-Anästhesie beim Zahnarzt: sofort ist der Schmerz weg! Wirklich helfen wird jedoch nur die richtige Versorgung des Zahnes. Oder würden Sie, schmerzfrei durch die Spritze, die Behandlung als erledigt ansehen?

In der Chiropraktik gibt es eine ähnliche Reihenfolge: Schnell schmerzfrei werden (Phase I), dann aufbauen und stabilisieren (Phase II) und langfristig die Gelenke durch die Prophylaxe freihalten (Phase III). Nur so können wir einen Behandlungserfolg erreichen und Sie werden entsprechend zufrieden sein!

Wir möchten nicht, dass sie nach einigen Behandlungen schmerzfrei die Therapie abbrechen, kurz darauf einen Rückschlag bekommen und dann erzählen: "Chiropraktik hat mir auch nicht geholfen."

❖ **Welche Nebenwirkungen kann eine chiropraktische Behandlung haben?**

- Hin und wieder können muskelkaterähnliche Gefühle nach der Behandlung auftreten oder ältere Problemkreise an der Wirbelsäule können kurzfristig wieder aktiviert werden.
- Kopfschmerzen, Schwindel oder Kreislaufprobleme als Nebenwirkung sind extrem selten und nicht andauernd.
- Brüche von Wirbelkörper oder Rippen sind ebenfalls extrem selten (z.B. bei nicht angegebener Kortisonbehandlung, unentdeckter Osteoporose, nicht angegebenen Verletzungen, Knochenkrebs).
- Starke Blutergüsse bei Patienten, die Macumar oder andere blutverdünnende Medikamente einnehmen. Die Medikamentenwirkung wird natürlich bei der Behandlung berücksichtigt und Blutergüsse sind so entsprechend sehr selten.
- Verletzungen der Arteria Vertebralis (möglicher Schlaganfall) sind noch seltener und treten allenfalls bei so genannten Rotationstechniken auf, die wir generell nicht anwenden. Einige Statistiken sprechen von 1 auf 5 Mio. Behandlungen. Die schlechtesten Statistiken sprechen von 1 auf 300.000 Behandlungen. Ein Zahlenbeispiel: bei 3000 HWS-Justierungen pro Jahr führt ein Chiropraktiker in 30 Jahren Berufstätigkeit 90'000 Behandlungen aus.

So ist die Chiropraktik eine der sichersten und mit den wenigsten Nebenwirkungen behaftete Behandlungsform in der Medizin. Allein bei uns in Deutschland sollen mehr als 40 000 Todesfälle im Jahr (die Dunkelziffer wird erheblich höher sein) durch Neben- und Wechselwirkungen von Medikamenten vorkommen, und es gibt sicherlich auch erheblich mehr Schlaganfälle durch Acetylsalicylsäure (z.B. in Aspirin) als weltweit jemals durch die Chiropraktik ausgelöst wurden.

Dennoch müssen wir Sie laut Gesetz

(Urteil OLG Düsseldorf 08.07.1993 302/91 und OLG Stuttgart 20.02.1997 14U 44/96)

darauf hinweisen, dass trotz sachgemäßer und fehlerfreier Durchführung es in sehr seltenen Fällen zu folgenden Schäden kommen kann:

Abriss/Anriss der Halsschlagader, Schlaganfall,

Embolie Bandscheibenschäden, spinale Wurzelkompression aufgrund eines Bandscheibenvorfalles

❖ Was passiert mit meinem Körper durch die Chiropraktik und was erreiche ich für mich damit?

Durch die Justierung eines Gelenkes löst sich der Unterdruck, der im Gelenk herrscht - oft durch ein leises oder auch lauterer Knacken. Hier knackt kein Knochen und auch kein Band. Das Knacken zeigt aber, dass die Blockade erst einmal gelöst ist. Erst jetzt hat das Bewegungssegment mit all seinen Bändern, Muskeln, Nerven, Venen, Arterien und Gelenken eine Chance zu regenerieren und sich wieder aufzubauen. Durch den Impuls, den die entsprechenden dazugehörigen Nerven bekommen, können die versorgten inneren Organe ebenfalls wieder regenerieren. Somit kann die Chiropraktik tatsächlich der Schlüssel zu Ihrer Gesundheit sein oder werden. Fazit: Das „Knacken“ ist also gut und als positives Zeichen zu werten. Schlecht ist es eher wenn es nicht knackt, das Gelenk also zu fest (blockiert) ist. Im Laufe der Zeit sind die Gelenke relativ leicht zu lösen - oder lösen sich durch Recken oder Strecken sogar von selbst. Das ist gut und keineswegs ein Zeichen für „ausgeleierte“ Bänder. In dem Augenblick der Behandlung werden hunderte von Körperfunktionen und Aktivitäten in Gang gesetzt. Wenn die Nervenimpulse über das Rückenmark das Gehirn erreichen, werden die Selbstheilungskräfte des Körpers freigesetzt! Das gesamte Nervensystem wird tiefgreifend positiv beeinflusst.

Symptome verschwinden...

Bei vielen Patienten verschwinden die Symptome, die sich in einer langen Kette von Kompensationsmechanismen des Körpers zuletzt meist als Schmerz zeigen, bei der chiropraktischen Behandlung zuerst. Viele Menschen fühlen sich nach einer Justierung entspannt und rundherum wohl,

besonders wenn sich sofort ein Erfolg einstellt. Das aber ist nicht die Regel, denn eine Kompensations-Kette, die der Körper über Jahre oder gar Jahrzehnte aufgebaut hat, lässt sich nicht mit einer Behandlung rückgängig machen.

Es gibt auch Patienten, die nach mehreren Behandlungen keinerlei Änderung verspüren. Das bedeutet nicht, dass nichts passiert ist, es hat nur noch keine externe Reaktion des Körpers stattgefunden. Ein wenig Geduld ist hier gefordert!

Andere Patienten haben auch schon mal eine Erstverschlimmerung wie man sie von der Homöopathie und anderen Reiztherapien kennt. Mit diesen Reaktionen arbeitet der Körper an seinem Problem. Mit den Folgebehandlungen verschwinden die Symptome.

Meistens verschwinden die Symptome schnell, die Heilung dauert länger!

Einige Patienten durchleben nach der Behandlung eine Entgiftung. Wenn die Gifte den Körper verlassen, können Kopfschmerz, Unwohlsein oder Müdigkeit die Folge sein. Auch die Muskulatur reagiert auf die Justierung: jahrelang in einer Fehlstellung fixiert, antwortet sie mit (muskelkaterähnlichem) Schmerz.

Teile des Nervensystems wurden lange falsch oder gar nicht angesprochen. Durch die Behandlung erfolgt eine „Neuprogrammierung“ und einige Nerven können erstmal „verrückt spielen“. Die so genannte Reaktionsstarre bei chronischen Erkrankungen lässt einige Patienten zuerst keine Veränderung spüren. Jedoch Patienten in guter körperlicher Verfassung haben meist gleich eine Verbesserung und Wohlbefinden ganz ohne „Neben-“Wirkungen.

Also: Jeder Patient ist einzigartig, und seine Beschwerden und Reaktionen sind nicht vergleichbar mit denen bei anderen Patienten.

○ Warum Heilung manchmal länger dauert

Oft genügen wenige chiropraktische Behandlungen und die Symptomatik ist verschwunden. Und obwohl weitere Termine vereinbart sind, bricht der Patient die Behandlung ab. Er fühlt sich ja wieder gesund.

Aber nach einiger Zeit sind die Beschwerden wieder da, denn: Die Symptome verschwinden zuerst! Die richtige Heilung dauert länger! Monate oder jahrelang hat der Körper versucht, Fehlstellungen, Fehlhaltungen, falsche Bewegungsabläufe, Überlastungen, chronische Fehlbewegungen und vieles mehr zu kompensieren, sich anzupassen. Dank der Justierung mit dem Impuls ans Nervensystem bis in das Gehirn sind die Symptome in relativ kurzer Zeit eliminiert, aber:

Die Adaptionsvorgänge und Kompensationsmechanismen sind noch nicht wieder rückgängig gemacht! Das braucht in etwa so lange Zeit, wie sie sich entwickelt haben: im Verhältnis Jahre zu Monaten oder

Monate zu Wochen. Beispiel: ein Problem besteht seit 10 Jahren, dann geben Sie Ihrem Körper 10 Monate für die Rückbildung.

- Ursachen für eine verzögerte Heilung
- Bei chronischem Geschehen kann sich in der Muskulatur fehlerhaftes, neues Gewebe bilden und damit die normale Funktion des Muskels verändern. Diese Muskelveränderungen sind häufig der Grund dafür, dass eine Justierung „nicht hält“.
- Wenn sich Gelenke nicht mehr richtig bewegen, müssen die Muskeln viel stärker arbeiten, um die Bewegungen auszuführen: einige Muskeln werden dabei verkrampfen, andere verkümmern.
- Bandscheiben und Bänder haben zudem nur eine geringe Durchblutung: der Aufbau dauert einfach länger.

❖ **Was passiert, wenn ich mich nicht chiropraktisch behandeln lasse?**

Ist es Ihnen nicht auch schon einmal passiert, dass Sie sich gesagt haben: „Wenn ich das nur gewusst hätte...“ Oder: „Hätte man mir das nur rechtzeitig gesagt, dann hätte ich dieses oder jenes anders gemacht, dann hätte ich bessere Vorsorge betrieben, dann hätte ich...“ usw. Nun, ich möchte nicht, dass Sie irgendwann einmal sagen: „Das hat mir der Rösch aber nicht gesagt, das habe ich einfach nicht gewusst!“ Es gibt zwei Hauptwirkungsmechanismen der Chiropraktik, die Ihnen helfen, gesund zu bleiben die aber auch für Probleme sorgen, wenn Sie sich NICHT chiropraktisch behandeln lassen:

1. Wirkungsmechanismus an Knochen, Gelenken und Bändern

Im Laufe des Lebens entwickelt sich Verschleiß an den Knochen und Gelenken. Dieser Verschleiß bleibt, obwohl in ersten Ansätzen schon vorhanden, oft viele, viele Jahre stumm. Aber er entwickelt sich weiter und weiter, bis Sie eines Tages die ersten Anzeichen spüren, die ersten Schmerzen bekommen. Sie kennen das Sprichwort: Wer rastet, der rostet. Genauso ist es mit Ihrer Wirbelsäule, die über 120 gelenkige Verbindungen hat, sowie mit den anderen Gelenken in Ihrem Körper, die hier in meiner Praxis ebenfalls behandelt werden. Die regelmäßige Justierung sorgt dafür, dass Ihre Gelenke frei und beweglich bleiben - also optimal mit Nährstoffen versorgt werden. Deshalb können sich Verschleiß, Bandscheibenprobleme, Ablagerungen usw. nicht so leicht bilden.

Lassen Sie Ihre Wirbelsäule bzw. auch die anderen Gelenke jedoch nicht behandeln, entstehen zwangsläufig Blockaden. Einzelne Gelenke bewegen sich gar nicht mehr oder nur noch unvollständig.

Es entstehen Ablagerungen, eine gängige Form von Verschleiß. Jetzt bewegt sich die Wirbelsäule nicht mehr richtig, Sie haben akute Schmerzen, Bewegungseinschränkungen, und sehr häufig entwickeln sich Bandscheibenprobleme oder Schäden an Gelenken, die auch die Chiropraktik nicht mehr beheben kann. Eine Operation wird notwendig.

Die andere Form von Verschleiß ist die Form, bei der sich tatsächlich „Material abnutzt“. Fehlhaltungen wie schiefe Becken, ein scheinbar oder echt kurzes Bein führen zu massiven Fehlbelastungen, und so kommt es zu schmerzhaftem Verschleiß und oft sind Operationen an Hüften, Knien usw.. nicht mehr zu vermeiden. Durch regelmäßige Behandlung können wir vorbeugen und Ihnen helfen. Natürlich - trotz dieser prophylaktischen, regelmäßigen Justierungen kann dieser Prozess nicht gänzlich aufgehalten werden, aber viele Jahre hinausgezögert werden!

Denken Sie an Ihre Zähne: trotz regelmäßiger guter Zahnpflege hat jeder irgendwann doch einmal ein Problem. Aber ist es nicht so, dass das viel seltener der Fall ist? Dass wir alle heute eigentlich viele Jahre länger Spaß an unserem eigenen Gebiss haben und auch sehr viel weniger Zahnschmerzen haben? Und sollte doch mal etwas sein: hören Sie auf zu putzen, zu fädeln etc.? Natürlich nicht!

Genauso ist es mit Ihrer Wirbelsäule. Durch die regelmäßige Pflege bei Ihrem Chiropraktiker können Sie Verschleiß, Bandscheibenprobleme, Schmerzen und oft sogar Operationen verhindern!

Ohne chiropraktische Behandlungen bekommen Sie diese Probleme erheblich früher!

2. Wirkungsmechanismus Chiropraktik - Gesundheit

Dieses Thema ist mir sehr wichtig, da eine gesunde Wirbelsäule auch ein weitgehend gesundes Organsystem bedeutet (s. Zuordnung zu den Organen). Hier gibt es aber noch nicht genügend Untersuchungen, die knallhart sagen: Wenn Sie sich nicht chiropraktisch behandeln lassen, dann bekommen Sie ein Problem mit dem Magen, der Lunge, dem Herzen usw. Die Erfahrung zeigt aber,

dass Patienten, die sich häufig chiropraktisch behandeln lassen, erheblich weniger krank sind als andere. Ein Umkehrschluss, wie es für die Gelenke gilt (s.o.), ist allerdings nicht wirklich ausreichend erforscht. Negative Auswirkungen auf die eigene Gesundheit, wenn Sie sich nicht chiropraktischen Behandlungen unterziehen, sind zwar wahrscheinlich, aber noch nicht genügend erforscht. Natürlich hängt der allgemeine Status der Gesundheit auch von anderen Parametern ab: gesunde Ernährung oder richtige Bewegung, um nur zwei weitere Faktoren, bei denen wir Ihnen auch helfen können, zu benennen. Die Psyche möchte ich nicht vergessen. Innere Ruhe, Ausgeglichenheit in der Familie, unter Freunden oder auf der Arbeit ist ebenfalls ein sehr wichtiger Punkt. Da unser Limbisches System (unser emotionales Zentrum) direkt mit der Wirbelsäule verbunden ist, haben chiropraktische Behandlungen auch hier einen positiven Einfluss: Der Stress mag sich zwar nicht ändern - aber Sie können gelassener damit umgehen und bewältigen ihn besser!

❖ **Was kostet mich meine Gesundheit?**

Diese Frage ist sicherlich von Ihrem körperlichen Zustand abhängig und von dem Pensum an Behandlungen, die Ihr Körper benötigt, um wieder richtig gesund zu werden. Erfahrungen der letzten 25 Jahre in der Chiropraktik, optimalen Behandlungsintervallen und Zeiträumen sind in das für Sie speziell entwickelte Behandlungsschema eingeflossen. Sie finden dieses weiter vorn in der Mappe.

Natürlich können wir uns irren und werden dann im Laufe der Behandlungen das Behandlungsschema ggf. anpassen. Es können einige Behandlungen weniger werden oder auch weitere Behandlungen erforderlich sein.

Ihr Feedback ist daher für uns sehr wichtig und fließt permanent in die Beurteilung mit ein. Bitte lesen Sie dazu auch den Artikel: „Die Sache mit den Symptomen“

Die Behandlungspreise entnehmen Sie bitte der Preisliste (Seite 16).

HP Torsten Rösch

Die beiden wichtigsten Begriffe in der Chiropraktik

Justierung

Die Kunst der Justierung ist die eigentliche Behandlung in der Chiropraktik.

Der Patient vernimmt oft deutlich ein Knacken. Da die Wirbelsäule nicht „knochengesichert“, sondern „band- und muskelgesichert“ ist, ist ein echtes Einrenken gar nicht möglich.

Es passiert Folgendes:

- 1) Der Wirbelkörper wird in seine optimale Position gebracht.
- 2) Der Gelenkdruck wird gelöst. (das ist das Knacken, abhängig von der chiropr. Technik)
- 3) Dem Nervensystem wird ein gezielter Impuls gegeben.

Der Begriff „to adjust“ - angleichen - passt vom Sinnbild am besten, wenn man die Chiropraktik beschreiben will. Die Wirbel stehen wieder in einer guten Position, Muskeln und Bänder stabilisieren sich allerdings erst nach einiger Zeit der Behandlung – ähnlich wie bei einem Sportprogramm: Muskelaufbau passiert auch erst nach einem längerem Aufbautraining.

Subluxation

Gemeint ist nicht der Begriff aus der Traumatologie, bei dem es sich um eine massive, durch Unfall bedingte völlige Verlagerung eines Wirbelkörpers oder anderen Gelenks handelt. Wir Chiropraktiker verstehen darunter eher so etwas wie, Verschiebung, Verdrehung – ein Gefühl, wie es auch häufig von Patienten beschrieben wird.

Der Begriff Subluxation wurde von D. D. Palmer (dem Vater und Namensgeber der modernen Chiropraktik) im vorletzten Jahrhundert (1895) geprägt, um „verdrehte“ Wirbelkörper „nicht gerade aufeinander stehende“ Wirbelkörper zu beschreiben. Dadurch können die nervalen Verbindungen zu den einzelnen Organen/ Muskeln gestört werden und so zu abnormen, krankmachenden Reaktionen im Körper führen. Das Ziel einer chiropraktischen Justierung ist also solch eine Subluxation zu behandeln - idealerweise natürlich bevor Probleme aufgetreten sind!

Solche „Verschiebungen“ finden wir in vielen Wirbelsäulen. Nur weil wir sie alle haben, ist es noch kein Grund, sie unterzubewerten. Denken Sie an Karies: Haben wir auch alle (mehr oder weniger) - aber ist das ein Grund, nicht zum Zahnarzt zu gehen? Es gibt Erklärungsversuche zu einer „Subluxation“- aber letztendlich reagiert jeder ganz individuell darauf. Für uns ist es ein Synonym – ein unspezifischer Oberbegriff für eine Vielzahl von Möglichkeiten.

Denken Sie an das Wort: „Gene“. Gene an sich gibt es nicht, obwohl Darwin sie postuliert hat. Natürlich hatte er trotzdem Recht – und auch heute noch weiß jeder, was gemeint ist. Aber wer weiß darüber hinaus die Zusammensetzung von Chromosomen – oder gar, wie eine DNA-Helix aussieht? Vor allem aber: Darwin hatte davon noch keinerlei Ahnung! Trotzdem bildet das Wort „Gene“ einen festen Bestandteil in unserem Leben.

Oder nehmen Sie „Leben“ – ein Synonym für Materie/materielle Dinge und lebende Systeme – ein Qualitätsmerkmal, wenn Sie so wollen, für völlig unterschiedliche Lebewesen: So bedeutet Leben für einen Regenwurm etwas völlig anderes, als für die Drossel – und auch Ihr Nachbar mag völlig andere Vorstellungen von „Leben“ haben als Sie selbst. Sie mögen womöglich abendliche Theatervorstellungen und Mozart und Ihr Nachbar ist nur zufrieden wenn ihm ACDC stundenlang die Ohren zugehöhrt haben. Niemand hat je „Leben“ gemessen oder gesehen – und trotzdem ist es allgegenwärtig.

Mit einer Subluxation verhält es sich so: Die „Verschiebung“ kann noch nicht per se als isoliertes Krankheitsbild gesehen werden - und trotzdem kann es dadurch im Laufe der Zeit Veränderungen am „Bewegungssegment“ (= 3 übereinander stehende Wirbelkörper) und allen dazu gehörigen Strukturen: Bänder, Muskeln, Venen, Arterien, Nerven, Gelenke und Knochen geben. Und alle diese sind mit jeweils eigenständigen Problemkreisen verbunden, so können Muskeln verhärten,

verspannen; Gelenke verschleißen oder Knochen sich verändern.

Irritierte Nerven führen zu Fehlinnervationen von inneren Organen, die krank werden können oder andere, sogenannte „viszerale“ Reaktionen auslösen können, um Ihnen nur eine Idee der vielen Möglichkeiten zu vermitteln. Die Blockade eines Gelenkes kann durch mangelnde Beweglichkeit im Segment verursacht werden und langfristig zu allen möglichen Veränderungen führen. Auch wenn die Krankenkasse diese Blockade oft als Grundvoraussetzung für eine Behandlung akzeptiert, ist solch eine Blockade lediglich ein möglicher, kleiner Aspekt einer oft weitreichenden Subluxation – auf keinen Fall aber eine Grundvoraussetzung für eine Behandlung!

Behandeln wir also solch eine Subluxation, nehmen wir Einfluss auf eine schier unendliche Möglichkeit von akuten/ chronischen Krankheitsverläufen - mal mit auch für uns Behandler unglaublich schnellem 100-prozentigen Erfolg, mal mit Linderung nach jahrelangen Beschwerden, die einfach längere Behandlungszeit brauchen, bis sich der Körper umgebaut hat.

Häufig zutreffende Regel: 10 Jahre Beschwerden - Linderung nach 10 Monaten Behandlung.

Nur eine Blockade zu behandeln, sie einmalig lösen und alles soll gut sein, hat nichts mit Chiropraktik zu tun. Im Gegenteil: Da die Wirbelsäule band- und muskelgesichert ist, und sich diese Strukturen nach zum Teil jahrelanger Fehlstellung einseitig-falsch aufgebaut oder einfach nur verändert haben, wäre es fast unseriös zu behaupten, man könne ein Wirbelsäulenproblem mit 2 – 3 mal „Einrenken, Lösen einer Blockade“ heilen. Und noch schlimmer ist es dann, wenn es mit diesen 2 – 3 mal „einrenken“ keine Besserung gab, zu behaupten das Krankheitsbild sei chiropraktisch nicht behandelbar. Sollte dann noch die Frage nach „Stress“ kommen... Also bitte: das wäre so, als wenn Sie 3 mal ins Fitnessstudio gingen, 3 mal Muskelkater hätten und anschließend vom Trainer gesagt bekommen: „Also das hier ist nichts für sie; Sport bringt Sie mit Sicherheit nicht weiter. Haben Sie nicht eventuell ein Problem in Ihrer Ehe?“ Das eine hat mit dem anderen erst einmal nichts zu tun! Selbst der unsportlichste Mensch wird nach etlichen Muskelkatererfahrungen mit der Zeit körperliche Fortschritte machen – völlig unabhängig von zusätzlichen, privaten Belastungen. Denn eines ist sicher: Bleibt man am Ball, wird sich unweigerlich ein Erfolg einstellen: Gewichtsverlust, mehr Ausdauer, besseres Körpergefühl, stabilere Muskulatur usw. Und genauso ist es auch mit der Chiropraktik: Je länger Sie mit Ihrem Chiropraktiker gearbeitet haben, je häufiger er Ihre Wirbelsäule justiert hat, desto besser werden sie sich fühlen! Ähnlich wie beim Sport, wo nur eine routinemäßige Anwendung den Erhalt des Erreichten garantiert, ist es auch bei der Chiropraktik. Viele Patienten fragen: „Wie oft muss ich mich denn behandeln lassen? Muss ich jetzt etwa immer kommen?“

Nun: Wie viel gesunden Salat müssen Sie essen, bevor Sie keinen mehr essen müssen? Oder: Bloß nicht zum Zahnarzt: Einmal angefangen, muss man ein Leben lang – zweimal im Jahr hin! Sie sehen, was wir meinen: Wenn Sie erstmal eine weitestgehend gut funktionierende Wirbelsäule haben und sie behalten möchten, funktioniert das nicht von alleine - ein kleines bisschen muss

man schon daran arbeiten, aber Sie werden es nicht bereuen! Ihr Körper (und Ihre Seele) werden es Ihnen mit Wohlbefinden danken!

Unsere „Adjustments“, unsere „Justierungen“ - Angleichungen an der Wirbelsäule, beinhalten also die Annahme eines Subluxationskomplexes, der sich nicht auf eine „eingeklemmter Nerv-Theorie“ beschränken lässt. Nichts desto trotz ist dieses Bild nicht völlig falsch, allenfalls unvollständig. Eine Subluxation ist eher ein Symbol - was uns wirklich interessiert, ist der Status „subluxiert zu sein“ - und was das für unsere Gesundheit bedeutet, ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich. Oftmals verschwinden durch die Beseitigung eines Subluxationskomplexes jahrealte Probleme, die man gar nicht mit der Wirbelsäule in Verbindung gebracht hat!

Solch eine Justierung ist meist völlig schmerzfrei- und es gibt, je nach Anamnese/Alter /usw. diverse Techniken dafür. Wir benutzen in der Regel nur unsere Hände und spezielle chiropraktische Instrumente, die von den Patienten liebevoll „Schnäpper“ oder „Tacker“ genannt werden. Wir nennen solche Geräte „Aktivator“- sie aktivieren je nach Einsatz ein Segment, einen Subluxationskomplex oder ein Gelenk. Ein gezielter, schmerzfreier Impuls an das subluxierte Gelenk und ins Nervensystem aktivieren die Selbstheilungskräfte, der Körper wird den Bereich „bearbeiten“.

Solche Aktivatoren sind ursprünglich für die Behandlung von Säuglingen entwickelt worden, um wirklich nur wohl dosiert kleine Impulse auszulösen und die Kleinen angstfrei behandeln zu können. Da die Impulsintensität der Geräte heute individuell einstellbar ist, können wir Aktivatoren bei allen Patienten einsetzen, selbst bei kräftig gebauten Sportlern, übergewichtigen oder gelähmten Patienten. Subluxationen sind also unsere „Theorie-Hypothesen“, wie Krankheiten entstehen können. Sollten Sie zu einem Subluxationskomplex oder sonstige Fragen haben, sprechen Sie uns gerne an, oft ist mit einigen zusätzlichen Beispielen oder Vergleichen ein besseres Verständnis zu erreichen!

HP Torsten Rösch

Hier ein paar Gedanken zum Thema Chiropraktik und Symptome

von unserem Kollegen Jaan-Peer Landmann aus Vahrendorf bei Hamburg

Er hat für seine Patienten diesen netten kleinen Artikel geschrieben.

Die Sache mit den Symptomen

Als Chiropraktiker höre ich oft: „Ich weiß, Sie wollen nichts über meine Symptome hören, aber“. Dies meinen in letzter Zeit so viele Leute, dass ich dachte, es wäre angebracht, meinen Blickwinkel über Symptome allgemein zu erläutern. Es ist nicht so, dass ich nichts darüber hören möchte, ich sehe sie nur als etwas anderes an. Die gegenwärtige Meinung über Gesundheit besagt, dass Symptome gleich Krankheit und keine Symptome gleich Gesundheit bedeuten. Frei nach dem Motto: Hast Du Schmerzen, bist Du krank - hast Du keine Schmerzen, bist Du gesund. Vor allem die Zahnärzte haben uns gezeigt, dass das mitnichten richtig ist: so kann ein kariöser Zahn noch völlig beschwerdefrei sein und erst „zufällig“ bei der Prophylaxe entdeckt werden. Deshalb sollte man ja die Prophylaxe auch einhalten.

Vieles in der modernen Krankheitsvorsorge und besonders in der Medizin konzentriert sich auf das Beseitigen von Symptomen. Viele schwerkranke Leute weisen (noch) keine Symptome auf. Oder sie fühlen einfach nichts mehr. Ihr Körper ist so voll von Giften, Anspannungen und Verletzungen (seelisch und körperlich), dass er einfach zumacht. Deshalb bedeutet die Abwesenheit von Symptomen nicht, dass der Mensch gesund ist. Und auch das Gegenteil trifft zu: Eine Person mit Symptomen ist deshalb nicht immer „krank“.

Zunächst scheint das Abstellen der Symptome eine tolle Sache zu sein. Wenigstens bis Sie anfangen zu verstehen, wie Ihr Körper funktioniert.

Viele Symptome sind ein Zeichen für den Heilungsprozess des Körpers. Deshalb kann das Beseitigen von Symptomen den Heilungsprozess unterbrechen. Zum Beispiel bei einem Fieber erhöht sich die Körpertemperatur, um die Infektion zu bekämpfen. Mit höherer Temperatur wird die Körperaktivität erhöht und dadurch das Immunsystem angekurbelt. Würden wir etwas zur Temperaturreduzierung einnehmen, würde das den natürlichen Heilungsprozess unterbinden.

Wenn dem Körper etwas Giftiges zugeführt wird, sind Brechreiz und Durchfall gesunde Reaktionen. Wenn ein Gelenk verletzt ist, gibt uns der Körper den Schmerz, damit wir vorsichtig sind und das Gelenk schonen. Dieses schwillt an und dient somit als natürliche Schiene, die das Gelenk schützt. Außerdem wird die Schwellung heiß, weil der Körper die Zirkulation in diesem Bereich erhöht, um das verwundete Gewebe zu heilen.

Der Schnupfen, den wir zwischen den Jahreszeiten bekommen, ist dafür da, den alten Belag auf den Atemwegen loszuwerden; vergleichbar mit Bäumen, die ihre Blätter abwerfen oder mit Tieren, die ihr Winterfell abstreifen. Jedes Symptom unseres Körpers gibt uns ein Signal, er kommuniziert mit uns. Der Körper kann mit uns nur auf zwei Arten sprechen: Schmerz oder Schmerzlosigkeit, Unwohlsein oder Wohlsein und Krankheit oder Gesundheit. Er lässt uns damit wissen, ob er arbeitet oder nicht und drückt dies durch Symptome aus.

Ein Magengeschwür entsteht, wenn unser Körper zu großen Stress ausgesetzt ist, und unser Puls rast vor Angst um uns zu sagen, dass wir uns den Ängsten, die sich in uns angesammelt haben, stellen müssen. Wenn Symptome auftreten, will uns unser Körper etwas mitteilen.

Hören wir ihm zu oder versuchen wir ihn zum Schweigen zu bringen durch Beseitigung der Symptome? Warum sollten wir die einzige Stimme unseres Körpers ignorieren!? Wenn wir lediglich die Symptome stoppen wollen, dann übersehen wir eine der wichtigsten Gaben des Körpers.

Es ist nicht so, dass ich als Chiropraktiker nichts über Symptome hören will, bis zu einem gewissen Grad helfen sie uns ja auch, einen Problembereich zu erkennen. Aber ich behandle sie nicht, sondern ich nehme sie als etwas viel Wichtigeres wahr, worüber wir nicht lange sprechen müssen - ich muss nur wissen, dass Sie Symptome haben und welche das sind! Und ich weiß dann: Ihr Körper arbeitet an sich.

Meine Intention besteht darin, die „Heilkraft“ im Körper einzuschalten und dadurch seine Heilungsfähigkeit anzukurbeln. Es gibt Zeiten, in denen wir uns gut fühlen, es gibt Zeiten, in denen wir den Heilungsprozess des Körpers spüren und manchmal fühlen wir, dass unser Körper uns mitteilt, dass er sich verändert.

Das Leben ist ein Prozess und kein Ereignis, genau wie der Heilungsprozess selbst. Wenn Ihr Körper zu Ihnen spricht, hören Sie ihm zu und antworten Sie. Lernen Sie die natürlichen Prozesse des Körpers kennen, so werden Sie seine Nachrichten verstehen können. Ich denke, die Weisheit des Körpers wird Sie beeindrucken und wenn Sie und Ihr Körper richtig kommunizieren können, wird Ihr Leben um einiges bereichert werden.

Ein bekannter Behandler prägte einmal den Satz: Der Körper macht keinen Fehler!

In dem Sinne sollten wir über unsere Symptome nachdenken!

Chiropraktik ist also nicht die Diagnose oder Behandlung irgendeines Zustandes oder eines Symptoms. Chiropraktik konzentriert sich auf die Reduzierung von Spannungen im Nervensystem, so dass der gesamte Körper reibungsloser funktioniert und seine Symptome möglichst selbst beseitigen kann.

Praxis für Amerikanischen Chiropraktik - HP Torsten Rösch, Hauptstraße 3, 07616 Bürgel OT Droschka,

Tel.0 366 92 / 37 27 28

www.chiropraktik.me

Nervenblockaden und Symptome

Mögliche Auswirkungen von Wirbelfehlstellungen der Halswirbelsäule

- C1: Kopfschmerzen, Schwindel, Migräne, Bluthochdruck, chronische Müdigkeit, Schlaflosigkeit, Konzentrationsstörungen
- C2: Nebenhöhlenbeschwerden, Ohrenschmerzen, Augenleiden, Ohnmachtsanfälle, Allergien
- C3: Trigeminus-Neuralgien, Akne, Ekzeme, Tinnitus
- C4: Polypen, Heuschnupfen, Dauerschnupfen, Katarrh, Gehörverlust
- C5: Angina, Stimmbandentzündungen, Kehlkopfentzündungen
- C6: Krupp-Husten, „steifer Hals“, Schulterschmerzen, Oberarmschmerzen
- C7: Tennisarm, Schleimbeutelentzündungen, Erkältung, Depressionen, Schilddrüsenerkrankungen

Mögliche Auswirkungen von Wirbelfehlstellungen der Brustwirbelsäule

- Th1: Husten, Asthma, Atembeschwerden, Kurzatmigkeit, Schmerzen in Unterarm und Hand
- Th2: Herzbeschwerden, Herzrhythmusstörungen, Ängste, Schmerzen im Brustbein
- Th3: Bronchitis, Grippe, Rippenfellentzündung, Lungenentzündung, Husten, Atembeschwerden, Störungen im Brustbereich, Asthma
- Th4: Gallenleiden, Gallensteine, Gelbsucht, seitliche Kopfschmerzen (vom Gallenblasen-Meridian)
- Th5: Leberstörungen, niedriger Blutdruck, Blutarmut, Müdigkeit, Gürtelrose, Kreislaufschwäche, Arthritis
- Th6: Magenbeschwerden, Verdauungsstörungen, Sodbrennen
- Th7: Zwölffingerdarm-Geschwüre, Magenbeschwerden, Schluckauf, Verdauungsprobleme
- Th8: Milzprobleme, Abwehrschwäche, Vitalitätsmangel, Schwächegefühl
- Th9: Allergien, Nesselausschläge, Schuppenflechte
- Th10: Nierenprobleme, Arterienverkalkung, chronische Müdigkeit
- Th11: Hautkrankheiten wie Akne, Ekzeme oder Furunkel
- Th12: Rheuma, Blähungen, Wachstumsstörungen

Mögliche Auswirkungen von Wirbelfehlstellungen der Lendenwirbelsäule

- L1: Dickdarmkrankungen wie Verstopfung, Kolitis oder Durchfall
- L2: Blinddarmprobleme, Bauchkrämpfe, Atembeschwerden, Übersäuerung, Krampfadern, Unfruchtbarkeit,
- L3: Blasenleiden, Menstruationsbeschwerden, Fehlgeburten, Bettnässen, Wechseljahrbeschwerden, Impotenz, Knieschmerzen
- L4: Ischias, Hexenschuss, schwieriges/schmerzhaftes/häufiges Harnlassen
- L5: kalte Füße, Knöchelödeme, Wadenkrampf
- Kreuzbein: Ischias, Unterleibsprobleme, chron. Verstopfung, Skoliose
- Steißbein: Hämorrhoiden, Afterjucken, Schmerzen beim Sitzen

Leistungen der Praxis für Amerikanische Chiropraktik - HP Torsten Rösch

Stand 1.1.16

Chiropraktik		Selbstzahler
<input type="checkbox"/> Erstuntersuchung	Erstgespräch, Sichtung Ihrer Krankenunterlagen (Anamnese/Röntgen o.MRT-Bilder), komplette Vermessung Untersuchung, neurologische und chiropraktische Tests, Erstellen des Untersuchungsergebnisses, Beratungsgespräch, Aushändigung der Mappe mit Ihren Untersuchungsergebnissen sowie Ihrem persönlichen Behandlungsplan, Erstbehandlung	60-70€
<input type="checkbox"/> Folgebehandlung	.	4-50€
<input type="checkbox"/> Azubi, Schüler, Studenten, Kinder		3-35€
<input type="checkbox"/> Erst und Einzelbehandlung Privat und Zusatzversicherte	Abrechnung nach GeBüH, je nach Aufwand ca.	151,50€
<input type="checkbox"/> Wirbelsäulenscan	inklusive bei allen Therapien, Erstvermessung, Kontrollscan beim 7.Termin, dann alle 10mal	1€
<input type="checkbox"/> nur Wirbelsäulenscan: scannen vom Nervensystem und Muskulatur		50,-EUR

Alle Behandlungen sind sofort in bar zu entrichten.

Privatversicherte Patienten bekommen eine quitierte Rechnung nach GeBüH mit Diagnose zur Vorlage bei ihrer Kasse.

Da unterschiedliche Kassen bzw. Beihilfestellen unterschiedlich abrechnen, kann von unserer Seite keine vollständige Erstattung unserer Preise gewährleistet werden.

Erklärung von Begriffen: Chiropraktisches Lexikon

Adjustieren	einstellen, angleichen
Aktivator	Gerät zum Bewegen verschobener Wirbelkörper. Aktiviert das Gelenk. Die Behandlung ist schmerzfrei und eignet sich so besonders für Säuglinge, Ältere und empfindliche Patienten. s. a. CIT
akut	schnell zum Ausbruch kommende Krankheit
Anamnese	die aus den Patientenangaben und seiner Umgebung erhobene Vorgeschichte seiner Krankheit
Annulus fibrosus	äußerer Bandscheibenring
Anterior	Lagebezeichnung <i>anterior</i> bedeutet vordere, vorderer, vorderes
Atlas	erster Halswirbelkörper (es wird von oben gezählt). Der Atlas trägt den Kopf und geht mit ihm eine gelenkige Verbindung ein.
Atlas-Verlagerung	Verlagerung des Atlas, oft aktiviert oder ausgelöst durch die Geburt (KISS), Fehlstatik, Stürze oder Unfälle.
Arthritis	akute oder chronische Gelenkentzündung, entweder auf ein großes Gelenk beschränkt (Monarthritis) oder viele Gelenke betreffend (Polyarthritis)
Arthrose	meist chronische, schmerzhafte Gelenkveränderung aus unterschiedlichen Ursachen. Missverhältnis von Tragfähigkeit und Belastung.
Axis	zweiter Halswirbelkörper. Bindeglied zwischen Atlas und Wirbelsäule und dadurch relativ empfindlich für Verlagerungen. Hat bei Störungen oft große Auswirkungen auf das Wohlbefinden.
Autonomes Nervensystem (NS)	arbeitet autonom, d.h. selbständig. Wir können es willentlich nicht beeinflussen (z.B. Herzschlag), im Gegensatz zum peripheren NS
Bewegungssegment	ein Wirbelkörper mit dem darüber und darunter liegendem Wirbel mit allen dazugehörenden Strukturen : Knochen, Gelenke, Bänder, Muskeln, Nerven, Venen und Arterien.
Blockade	Unterbrechung einer Leistungsfunktion. Hier arbeitet ein Gelenk nicht so wie es soll. Es bewegt sich gar nicht oder eingeschränkt. Kann durch eine Verklebung eines fehlgestellten Gelenks oder durch verhärtete Muskeln/Bänder /Ablagerungen im Gewebe u.v.m. entstehen.
BWS	Brustwirbelsäule. Besteht aus zwölf Wirbelkörpern (Th1-Th12).
Cave	Vorsicht
Care	sich sorgen/kümmern

Care-Plan	wir kümmern uns regelmäßig um Ihre Wirbelsäule um Verschleiß und schmerzhaften Problemen vorzubeugen.
Cerical (C)	Segment in der Halswirbelsäule (z.B. C 1=Atlas)
Chiropractor	amerikanisch für Chiropraktiker. Wird häufig benutzt um auf den Einsatz amerikanischer Techniken hinzuweisen. Keine geschützte Berufsbezeichnung.
Chiropraktik	cheiros = Hand, practos = getan: Mit einer Vielzahl von hochspeziellen Techniken wird das gestörte Bewegungs- und Nervensystem mit den Händen in Ordnung gebracht.
Chiropraktische Behandlung	Kein Einrenken! (Das ist nur bei knochengesicherten Gelenken möglich.) Die Wirbelsäule ist muskel- und bandgesichert. Wir adjustieren die komplette Wirbelsäule und geben dabei aktivierende Impulse in das Nervensystem.
Chirotherapie	eine nur in Deutschland bekannte Therapieform mit dem Ziel, knöcherne Blockaden zu lösen. Dieser Therapieansatz wird von Chiropraktikern (Chiropractoren) weltweit als unzureichend postuliert. Ein Chiropraktiker wird immer die gesamte Statik behandeln und nicht nur eine Blockade lösen.
Chronisch	(von chronos = die Zeit). Langanhaltende Erkrankung (mehr als 4 Wochen). Akute Schübe sind möglich.
Chronisch-progredient	Chronische Erkrankung mit zunehmenden oder zusätzlichen auftretenden Symptomen und Folgeerscheinungen.
CIT	Chiropractic Instrument Technic. Behandlung mit speziellen chiropraktischen Geräten oder Hilfsmitteln für eine angenehmere Behandlung. So sind z.B. angstfreie und schmerzfreie Therapien bei Säuglingen mit einem Baby-Aktivator möglich.
Cox-Arthrose	Arthrose (=Verschleiß) des Hüftgelenks
Caudal	nach unten Richtung Steiß
Cranial	Kopfwärts
Craniosacrale Therapie	S.O.T. = Sacro-occipitale Technik
Crepitation	Reibegeräusch, z.B. beim Drehen des Kopfes. Lässt im Laufe der Zeit durch chiropraktische Behandlung nach.
CT	Computertomografie = radiologisch bildgebendes Verfahren, wobei Der Computer eine scheibchenweise Darstellung ermöglicht. Tomos = Scheibe, Schnitt, s. a. MRT
DC	Doctor of Chiropractic. Titel kann in Amerika erworben werden, wird aber bei uns nicht anerkannt.
D. D. Palmer	David Daniel Palmer- der „Vater“ der modernen Chiropraktik. Er hat 1895 den Namen Chiropractic geprägt. Sein Sohn P. J. Palmer hat die Chiropraktik bekannt gemacht und das erste College gegründet.

Discus	Bandscheibe
Discose	Verschleiß einer Bandscheibe
Discitis	Entzündung einer Bandscheibe (sehr selten)
distal	sich entfernen
Distractionstest	Test zur Unterscheidung von Bandscheiben- oder Bänderproblemen
D.O.	Doktor der Osteopathie; der Titel ist nur in den USA anerkannt. s. a. osteopathische Behandlung
Dorsal	rückenwärts
extravertebrale Behandlung	extra = außerhalb vertebra = Wirbelsäule. Hier werden also Gelenke behandelt, die nicht zur Wirbelsäule gehören (z.B. Fußgelenke)
Facette	kleine Wirbelbogengelenke. Vier pro Wirbelkörper halten die Wirbel beweglich übereinander und verhindern ein Abrutschen nach rechts oder links. Sie geben der Wirbelsäule Stabilität.
FBSS F	failed Back Surgery Syndrom = Syndrom der missglückten Bandscheibenoperation
Foramina	Öffnungen an der Wirbelsäule/ Die seitlichen Austrittslöcher der Nerven.
Full Spine	Behandlungstechnik: die gesamte Wirbelsäule wird behandelt, nicht nur der schmerzhafte Bereich. Nur so kann die Regulation des Körpers wieder in Gang kommen.
Ganglion	1. "Überbein", gutartige Geschwulst an der Gelenkkapsel oder Sehne. 2. Nervenknötchenpunkt (z.B. Ganglion stellatum)
Gon-Arthrose	Arthrose (=Verschleiß) des Kniegelenks
HWS	Halswirbelsäule
Imbalance oder Dysbalance	nicht im Gleichgewicht
Inferior	nach unten
Innate	Selbstheilungskräfte unseres Körpers; das innere Wissen unseres Körpers, was für ihn gut ist.
Innervation	funktionelle Nervenversorgung von Organen, Gewebe und Körperteilen.
Instabilität	Unbeständigkeit, mangelnde Festigkeit oft durch ausgeleierte Bänder
Intervertebral	zwischen den Wirbelkörpern
Ischialgie	Schmerzen im Verlauf des Nervus Ischiaticus (Ischiasnerv) – können

	vom Rücken bis zu den Füßen ausstrahlen. Meist einseitig, aber auch beidseitig möglich.
ISG	Ileo-Sakral-Gelenk. Verbindet rechts und links das Kreuzbein (Sacrum) mit den Beckenknochen (Ileum) und bildet so den Beckenring.
Justieren	siehe Adjustieren: Angleichen, einstellen. Chiropraktiker renken nicht ein, sie justieren.
Kinematic	von „Kinesis“ = Bewegung
Kinesiologie	Muskeltestverfahren, z.B. um die Funktion eines Gelenks vor und nach der Justierung zu überprüfen.
Kiss-Syndrom	(engl.): kinematic imbalances due to suboccipital strain. Kopfgelenk – induzierte-Symmetrie-Störung. Steuerungsstörung der Muskeln am Kopf. Meist durch Zerrung und Drehung des Kopfes bei der Geburt. Es kommt zu unterschiedlichen Entwicklungsstörungen. Als Chiropraktiker behandelt man Kiss-Kinder meist mit der Thomson-Drop-Technic oder mit dem Aktivator.
Knacken	Oftmals knacken verhärtete Bänder - z.B. im Knie oder in der Schulter. Knackt ein Gelenk, dann löst sich der Gelenkdruck. Ein Gelenk kann immer nur einmal knacken, dann braucht es ungefähr 45 min. bis sich der Gelenkdruck wieder aufgebaut hat.
Kyphose	Rundrückenbildung
Latent	„schlummernde“ Erkrankung, die z.B. bei Abwehrschwäche oder in Stress-Situationen wieder ausbricht.
Lateral	seitlich
Ligamente	(lat.) = Bänder. Sie verbinden Knochen beweglich miteinander. Bei Überbeanspruchung kann es zu Bänderdehnungen oder Bänderrissen kommen. Werden die Bänder zu wenig bewegt (z.B. bei einem blockierten Gelenk), können sie verhärtet und sogar verknöchern.
Lumbal (L)	Die Lendengegend bzw. die Lendenwirbelsäule betreffend. Die fünf Lendenwirbel werden von oben nach unten gezählt (L1-L5)
LWS	Lendenwirbelsäule
Manipulation	Ausführen der Adjustierung mit einem Impuls in das Nervensystem. Dabei löst sich der Gelenkdruck und ein „Knacken“ zeigt an, dass die Manipulation stattgefunden hat.
Medianus-Test	chiropraktischer Test für die Durchlässigkeit der Arterien in der Halswirbelsäule.
Mobilisation	„Beweglich machen“ eines Gelenks ohne Knack. Oftmals ausreichend als Therapie oder die „halbe Miete“ als Vorarbeit.
Morbus	Erkrankung. Oftmals folgt der Name des Arztes, der sie als erster beschrieb.

Morbus Scheuermann	Wirbelsäulenerkrankung mit Rundrückenbildung im Bereich der Brustwirbelsäule. Kommt nur im Jugendalter und fast nur bei Jungen vor. Missverhältnis von Belastbarkeit und Belastung der Wirbelsäule. Diese Erkenntnis führte u.a. zum Verbot von Kinderarbeit. Kann heutzutage durch zu hartes und frühes Sporttraining (z.B. Gewichtheben) ausgelöst werden. Benannt nach Dr. Scheuermann.
MRT	Magnetresonanztomografie (auch: Kernspintomografie). Bildgebendes Verfahren zur Darstellung des Körperinneren. Im Gegensatz zur CT ohne Röntgenstrahlen, sondern mittels magnetischer Felder. Auch als NMR bekannt.
Myogelosen	kurz auch Gelosen genannte Muskelverhärtungen. Von Myo: Muskel und -gelosen: Verhärtung. Myogelosen lösen sich häufig nach einigen Justierungen, insofern sie nicht calcifiziert (= verknöchert) sind.
Nerv	s. a. peripheres u. autonomes Nervensystem. Die Nerven sind die „Informationsautobahnen“ im Körper, die in beide Richtungen Reize weiterleiten können. Spinalnerven sind ca. bleistift dick, der Ischiasnerv ungefähr zeigefingerstark.
Neuralgie	Meist heftige, attackenweise auftretende „helle“ Schmerzen im Ausbreitungsgebiet eines sensiblen oder gemischten Nervs.
NMR	Nuklear Magnet Resonanz; = MRT
Nucleus pulposus	der anfangs gelartige Kern der Bandscheibe.
Ödem	Schwellung eines Gewebes durch Bakterien oder andere Erreger, aber auch durch stumpfe Verletzungen.
Occipital	zum Occiput (Hinterhauptknochen) gehörend.
Ödematöse Verquellung	Durch einen Reiz ausgelöstes Ödem, das an einem Bewegungssegment mehrere Teile betreffen kann, z.B. Nerven- Bänder- Gelenke.
Palpation/Palpieren	Das Ertasten von...z.B. verschobenen Wirbelkörpern. Vor jeder chiropraktischen Behandlung wird die Wirbelsäule palpiert, um Verschiebungen/ Subluxationen zu finden.
Parästhesien	(griech.)= Fehlwahrnehmung. Sensibilitätsstörungen der Nerven, wie Kribbeln, Taubheitsgefühl, Ameisenlaufen, usw.
Peripheres Nervensystem	Peripher (griech.)= außen, am Rande ,weg vom Zentrum. Es ist der Teil des Nervensystems, der außerhalb des Gehirns und des Rückenmarks gelegen ist. Ist die Verbindung des Zentralnervensystems mit allen Körperteilen; ist willentlich zu beeinflussen; versorgt z.B. die Arme und Beine.
Phantomschmerz	Schmerzen in nicht mehr vorhandenen/ amputierten Gliedmaßen. Es wird ein Schmerz übertragen, für den es keinen Grund mehr gibt. Das ist ein Teufelskreis, eine Verselbständigung, die mit spez. Schmerztherapie und Chiropraktik verhindert werden soll.
Posterior	„weiter hinten gelegen“ bzw. "hinterer"
Processus spinosus	Der hintere Knochenauswuchs eines Wirbelkörpers.

Processus transversus	Zwei seitliche Knochenauswüchse an einem Wirbelkörper.
Progredient	Über einen langen Zeitraum immer schlimmer werdend.
Protusion	Vorwölbung; oft bei Bandscheiben, Vorstufe eines Prolaps.
Prolaps	Vorfall- bei uns für Bandscheibenvorfall. Meist ist auch das hintere Längsband beschädigt. Steigerung einer Protusion, wobei die Schmerzen gleich stark sein können.
Prophylaxe	Vorbeugung. Die günstigste Möglichkeit gesund zu bleiben.
Pseudoradikulär	Schmerz der so erscheint und ausstrahlt, als ob die Nervenwurzel betroffen wäre.
Radikulär	die Rückenmarkswurzel betreffend, d.h. die Wurzel eines Nervs, der direkt in die Wirbelsäule hineingeht oder herauskommt.
Radikulitis	Jedes Schmerzsyndrom, das mit der Rückenmarkswurzel zusammen hängt. Oft ein Zeichen von Entzündung im Nervenverlauf.
Rezidivierend	wiederholt auftretend; s. a. Rezidiv
Rezidiv	Rückfall. Das erneute Auftreten einer Krankheit, die noch nicht komplett ausgeheilt war.
Sakrum (S)	Kreuzbein. Dieser Knochen bildet die Basis, das Fundament auf der die Wirbelsäule aufgebaut ist.
Skoliose	gewachsene, seitliche Wirbelsäulenverkrümmung. Wichtig ist die Kontrolle bei Kindern vor dem letzten Wachstumsschub (d.h. bei Mädchen bis zum 11.Lebensjahr, bei Jungen bis zum 13. Lebensjahr)
Skoliotische Fehlhaltung	erworbene seitliche Wirbelsäulenverkrümmung, meist durch einen Beckenschiefstand.
SL 0,5 S	short Leg = (scheinbar) kurzes Bein . Hier 0,5 cm (scheinbar) kürzer.
SOT	sacro-occipitale Technik. 1920 von De Jarnette (D.C . u. D.O.) in den USA begründet. Teil der Ausbildung in der Chiropraktik. Bei uns häufig als „craniosacrale Therapie“ bekannt.
Sperling-Kompressions-Test	s. a . Distractionstest
Spinalnerv	Nerven, die aus dem Rückenmark entspringen. Sie gehören damit zum peripheren Nervensystem.
Spondyl	zu den Wirbelbogengelenken gehörend
Spondylarthrose/ Spondylose	Verschleiß an den kleinen Wirbelbogengelenken (Facetten). Die meisten Wirbel haben 4 Facetten.
Spondylolisthesis	Wirbelgleiten - Einteilung in 4 Schweregrade. Patienten mit einer Spondylolisthesis müssen regelmäßig speziellen Sport betreiben.
Status quo	momentaner Zustand

Statik	In der Chiropraktik achten wir darauf, dass die Statik der Wirbelsäule, der Füße, Beine und Becken möglichst optimal (d.h. gerade) eingestellt wird. Wichtige Bewegungsrichtungen müssen frei und angenehm sein.
Strain	Zerrung
sub	unter
subakut	Bezeichnung für Schmerz, der weniger heftig ist als akut. Er liegt zwischen akut und chronisch. Dauer: 2-4 Wochen.
Subluxation	Verdrehung, Verschiebung, Verlagerung.
Subluxationskomplex	Das Gesamtbild einer oder mehrerer zusammenspielender Subluxationen.
Suboccipital	unter dem Hinterhauptknochen
Superior	obenhalb
Symptom	Zeichen einer Krankheit
Syndrom	von einem Syndrom spricht man wenn mehrere verschiedene Symptome von unterschiedlicher oder unbekannter Ursache vorliegen.
Thorax (Th)	Der Brustkorb. Er wird begrenzt von der Wirbelsäule, Rippen, Brustbein und der Muskulatur (Zwerchfell). Innerhalb des Thorax liegen Organe: Herz, Lunge, Blutgefäße, Luft- u. Speiseröhre. 12 Wirbel bilden die Brustwirbelsäule. Gezählt wird von oben nach unten: Th1- Th12.
TMG-Dysfunktion	Fehlfunktion des Unterkiefer (Mandibula)- Gelenks mit einem Teil des Schädelknochens (Temporo-). Häufig durch Statikfehler in der Wirbelsäule ausgelöst. Evtl. auch durch Zahnbehandlungen aktiviert oder sogar ausgelöst.
Torti collis	Schiefhals
Torti pelvis	Schiefe Beckenhaltung bes. bei Bandscheibenproblematik. Gibt es als seitliche Form (lateral) oder nach vorn gerichtet (anterior).
Vegetatives Nervensystem	Dieser Teil des Nervensystems ist willentlich nicht zu beeinflussen. Dazu gehört z.B. das Verdauungssystem und die Atmung.
Ventral	bauchseitig
Vertebra	Wirbel. Besteht aus Wirbelkörper, Wirbelbogen, Quer-, Dorn- und Gelenkfortsätzen. Die Wirbel bilden den knöchernen Schutz für das Rückenmark. Columna (=Säule) vertebralis = Wirbelsäule.
Vertebro-cardiales Syndrom	Cardiacus = das Herz betreffend. Herzprobleme, die von der Wirbelsäule ausgelöst werden. Häufig; deshalb als eigenes Syndrom bekannt.
Vertebro-gastrales Syndrom	vertebra = Wirbelsäule; gastral = den Magen betreffend. Magenprobleme, die von der Wirbelsäule ausgelöst werden.(Häufig).
Vertebro-pulmonales Syndrom	Pulmo = Lunge; häufig vorkommende Lungenprobleme, die von der Wirbelsäule ausgelöst werden.

Vertigo	Schwindel
Visceral	die Eingeweide betreffend
Wirbelbogengelenk	Kleine Gelenke, die jeder unserer Wirbel besitzt. Sie erlauben und begrenzen die Beweglichkeit zwischen den einzelnen Wirbeln.
Wirbelsubluxation	s. Subluxation

Dieses kleine Lexikon hat keinen Vollständigkeitsanspruch. Fragen Sie einfach nach, wenn Sie mehr wissen möchten! Danke für Ihr Interesse.

HP Torsten Rösch