



„Was ist Osteopathie eigentlich – hat das was mit Knochen zu tun?“ Diese oder ähnliche Fragen hört Anett Hörster in ihrer Praxis immer wieder. Obgleich die Osteopathie in Deutschland zunehmend mehr Verbreitung findet, gibt es weiterhin großen Aufklärungsbedarf. Die ausgebildete Physiotherapeutin und Heilpraktikerin, die auch den Master of Science in Osteopathie besitzt, erklärt: „Osteopathie ist eine ganzheitliche Heilkunde, die den Menschen in einem vielschichtigen strukturellen, funktionellen und biochemischen Zusammenhang begreift.“ Ziel ist das Erkennen von Funktionsstörungen im menschlichen Körper und die manuelle Behandlung der Ursachen. Dabei stützt sich die Osteopathie auf die klassischen Grundlagenfächer der Humanmedizin, insbesondere auf Anatomie (Struktur und Aufbau des Körpers), Physiologie (Funktion des Körpers), Embryologie (Entwicklung des Menschen) und Pathologie (Krankheitslehre). Entwickelt wurde diese Form der Medizin bereits vor rund 120 Jahren von dem Arzt Dr. Andrew Taylor Still. Seitdem hat sich die Osteopathie rasant weiterentwickelt und gehört seit Jahrzehnten, insbesondere in Amerika, Großbritannien, Frankreich und den Beneluxstaaten zu den bewährten und allgemein anerkannten Formen der Medizin.

Grundsätzlich kann Osteopathie bei Männern und Frauen jeglichen Alters – vom Säugling bis zum Senioren – angewendet werden. Sie bietet natürliche Hilfe bei akuten und chronischen Erkrankungen sowie bei Verletzungen des Muskel-Skelett-Systems, der inneren Organe und des Nervensystems. Grenzen sind jedoch bei schweren Erkrankungen wie bei Krebs, psychischen Beeinträchtigungen oder akuten Notfällen gesetzt. Hier können nur Spezialisten aus den medizinischen Fachbereichen helfen.

Als typische Anwendungsbereiche nennt die Osteopathin orthopädische Probleme wie zum Beispiel Schulter- und Nackenschmerzen oder auch Rücken-, Hüft- und Knieprobleme. Genauso gut kann Osteopathie auch für den internistischen Bereich beispielsweise bei Verdauungsstörungen, funktionellen Herzbeschwerden und nach operativen Eingriffen angewendet werden. Selbst bei Beschwerden im Hals-Nasen-Ohren-Bereich, wie bei Tinnitus, Migräne, Schwindel, Nasennebenhöhlen- und chronischen Mittelohrentzündungen,



können Behandlungen Linderung verschaffen. Weiterhin sind Menstruationsbeschwerden, Betreuung von Frauen während der Schwangerschaft und nach der Geburt, Beschwerden während der Wechseljahre, Infertilität (Unfruchtbarkeit) und nach gynäkologischen Operationen klassische Behandlungsgebiete.

Was den Erwachsenen gut tut, gelingt der Osteopathie auch im pädiatrischen Bereich. Ein kleiner Ausschnitt behandelbarer Indikationen: Kinder, die durch die Geburt Schädel- und Gesichtsverformungen erlitten haben, Spuckkinder, Kinder mit Schiefhals oder Skoliose, Lern- und Konzentrationsstörungen sowie Kinder mit Aufmerksamkeitsdefizitstörung (ADS).



Ihre Patienten empfängt Anett Hörster zusammen mit einem freundlichen und hoch qualifizierten Team in einer modernen und großzügig gestalteten Privatpraxis am südlichen Ende der Königsallee. In angenehmer Atmosphäre nehmen sich die Therapeuten viel Zeit für eine individuelle und nachhaltige Behandlung mit persönlicher Betreuung. „Bei uns sind die Patienten im wahrsten Sinne des Wortes in guten Händen“, versichert die Praxisinhaberin.

Zu Beginn einer jeden Behandlung steht in der Privatpraxis „Osteopathie.Kö.“ immer das ausführliche Patientengespräch, um die Krankheitsgeschichte und deren Ursachen zu erforschen. Darauf folgt eine genaue Untersuchung mit Erstellung der Diagnose. Erst im Anschluss daran wird behandelt. Bei der Behandlung werden spezifische osteopathische Techniken angewandt, die mit den Händen ausgeführt werden. Damit lassen sich Körperstrukturen mobilisieren und die körpereigenen Selbstregulierungskräfte aktivieren.

„Bei der osteopathischen Behandlung wird zwar immer der gesamte menschliche Körper betrachtet, jedoch zwischen drei großen Körpersystemen – parietal, viszeral, craniosacral – unterschieden“, differenziert Anett Hörster. Diese Systeme stehen in einem dynamischen Gleichgewicht zueinander, werden aber als ineinander greifend gesehen und manuell behandelt. Zum einen ist die parietale Osteopathie zu nennen, die sich mit dem Bewegungsapparat beschäftigt. Damit werden gezielt Gelenke, Wirbel, Muskeln und Faszien mobilisiert und manipuliert. Mit der viszeralen Osteopathie lassen sich alle inneren Organe behandeln. So können zum Beispiel Darm, Magen, Leber, Herz, Lunge, Niere und Blase in ihrer Funktion angeregt werden. Bei der craniosacralen Osteopathie stehen vor allem die Mobilisierung der Schädelknochen sowie die Korrektur des Nerven- und Flüssigkeitssystems von Kopf, Wirbelsäule und Kreuzbein im Vordergrund.

Die Anzahl der Behandlungen ist von Schwere und Dauer der Funktionsstörung abhängig. Normalerweise werden drei bis fünf Behandlungen à einer Stunde durchgeführt, wobei häufig zwischen den einzelnen Terminen mehrere Wochen liegen können. „Dies ist notwendig, damit der Körper die Störungen mit seinen Selbstheilungskräften selbst beheben kann“, erläutert Anett Hörster. Zusätzlich zu den Behandlungen bekommen die Patienten häufig ein Hausübungsprogramm, mit dem gezielt eine Verhaltensänderung im Alltag bewirkt werden soll. „Diese aktive Mitarbeit ist für eine erfolgreiche Heilung essenziell wichtig“, unterstreicht die Osteopathin.

Neben der Osteopathie ist die Privatpraxis „Osteopathie.Kö.“ auf die Kopf- und Kiefergelenktherapie mit Funktionsdiagnose sowie die Manuelle Therapie spezialisiert. „Hierbei legen wir vor allem auf einen ganzheitlichen Behandlungsansatz Wert und arbeiten bei

Bedarf mit einem interdisziplinären Netzwerk, bestehend aus verschiedenen Ärzten, wie zum Beispiel Zahnärzten, Hals-Nasen-Ohren-Ärzten, Orthopäden und Neurologen, zusammen.“

PRIVATPRAXIS OSTEOPATHIE.KÖ.

ANETT HÖRSTER, MSc

Königsallee 55a
40212 Düsseldorf

Telefon 02 11 / 8 62 95 45
Telefax 02 11 / 8 69 37 20

www.osteopathie-koe.de