



Weltkopfschmerztag 2021: Osteopathie kann dabei helfen, Ursachen für Kopfschmerzen zu finden. Foto: VOD

02.09.2021 09:30 CEST

## **Mit Osteopathie Ursachen statt Symptome behandeln / Verband der Osteopathen Deutschland (VOD) e.V. zum Weltkopfschmerztag 2021**

Mehr als zwei Drittel aller Menschen leiden irgendwann unter Kopfschmerzen. Millionen Fehltage in Betrieben entstehen dadurch pro Jahr. Kopfschmerzen können verschiedene Ursachen haben, die sich nicht immer einfach ermitteln lassen. Oft wird nur das Symptom bekämpft und nicht nach dessen Ursache geforscht. Die Osteopathie bietet hier eine wertvolle Alternative, um die Schmerzen nebenwirkungsarm zu lindern, teilt der Verband der Osteopathen Deutschland (VOD) e.V. anlässlich des

Weltkopfschmerztages am 5. September mit.

Die Medizin kennt vielfältige Formen und Auslöser für die Schmerzen. Wesentlich ist dabei die Unterscheidung, ob die Schmerzen eine eigenständige Krankheit (primäre Kopfschmerzen) darstellen oder als Begleitsymptom einer anderen Erkrankung (sekundäre Kopfschmerzen) auftreten, wie z.B. bei einem Tumor, Kopfverletzungen oder Bluthochdruck. Als zwei Hauptformen des primären Kopfschmerzes gelten der Spannungskopfschmerz und die Migräne. Zusammen machen sie etwa 90 Prozent der Erkrankungen aus. Seltener sind beispielsweise Cluster-Kopfschmerzen oder Schmerzen im Gesicht (Trigeminusneuralgie, atypischer Gesichtsschmerz).

Die Ursachen für solche primären Formen von Kopfschmerz sind oft nur schwer zu identifizieren. Vor allem in chronischen Fällen haben sich oft bestimmte Mechanismen verselbstständigt. Der Patient ist durch die wiederkehrenden Schmerzen einem erhöhten Stress ausgesetzt, der diese zusätzlich verstärkt. Häufig führt auch eine langfristige Einnahme von Schmerzmitteln zu einem zusätzlichen Medikamentenkopfschmerz, der dann eigens behandelt werden muss.

Um aus diesem Teufelskreis herauszukommen, müssen die individuellen Symptome und Auslöser genau analysiert werden. Eine gründliche Anamnese ist deshalb wesentlicher Bestandteil einer osteopathischen Behandlung. Hierzu sehen Osteopathen schulmedizinische Befunde ein, erfragen die gesamte Krankengeschichte mit Verletzungen, Unfällen und Operationen, aber auch Lebensgewohnheiten und erkundigen sich gegebenenfalls nach dem seelischen Befinden. Denn Osteopathen müssen schwerwiegende Ursachen ausschließen können, bevor sie mit ihrer Behandlung beginnen. Bei Kopfschmerzen werden Osteopathen den Schädel, Kiefer und die Halswirbelsäule mit ihren Händen genau untersuchen und von dort aus Funktionsstörungen ertasten, Haltungsasymmetrien und auffällige Spannungen in den Gewebestrukturen entdecken und die Beweglichkeit der einzelnen Segmente testen. Ziel der osteopathischen Behandlung ist es, den Körper wieder ins Gleichgewicht zu bringen und ihm dadurch ein optimales Funktionieren der physiologischen Prozesse zu ermöglichen. Bei Kopfschmerzen ist es wichtig, die Beweglichkeit der Wirbelsäulenabschnitte zu verbessern und die Spannung in der Muskulatur und den bindegewebigen Strukturen auszugleichen. Dies wirkt sich ebenso positiv auf die Funktion der versorgenden Strukturen aus wie die direkte Behandlung der einzelnen Gefäße und Nerven. So können Störungen in den Zu- und Abflüssen behoben

sowie eine freie Beweglichkeit und gute neurovegetative Versorgung gefördert werden.

Die Ursachen liegen dabei nicht zwangsläufig im Bereich des Schmerzes. Aus osteopathischer Sicht bilden alle Strukturen des Körpers eine untrennbare Einheit und hängen anatomisch oder funktionell miteinander zusammen. So können beispielsweise Magenbeschwerden über den Hirnnerven, der den Verdauungsapparat steuert, durchaus Kopfschmerzen auslösen, ebenso wie etwa ein Sturz auf das Steißbein in der Kindheit einen fortwährenden Zug auf die Rückenmarkshaut ausübt, der sich innerhalb der Wirbelsäule bis zur Hirnhaut im Schädel fortsetzt und hier zu wiederkehrenden Schmerzen führt. Auch Probleme im Bereich der Kiefergelenke und Verspannungen der Kaumuskulatur können Ursache für Kopfschmerzen sein. Oder ein Beckenschiefstand – da das Becken über die Wirbelsäule mit dem Kopf verbunden ist und so an Schmerzzuständen beteiligt sein kann.

Osteopathen kennen solche Zusammenhänge. Mit ihren Händen können sie deren Ursachen aufspüren und versuchen, sie sanft zu lösen. Nicht alle Schmerzursachen lassen sich so beheben, doch Osteopathie kann helfen, die Schmerzen mindestens zu lindern. Osteopathie ist somit eine meist effektive und nebenwirkungsarme Alternative zu Schmerzmitteln und auch für Kinder und Schwangere geeignet. Dabei beschränken sich Osteopathen keineswegs nur auf das Arbeiten mit den Händen. Zu einer ausführlichen osteopathischen Behandlung gehört es auch, Patienten Tipps für eine gesunde Lebensweise, richtige Ernährung und Entspannungstechniken mitzugeben. Oft kann der Patient viel dazu beitragen, seine Schmerzen selbst in den Griff zu bekommen.

**Hintergrund:** Laut einer Forsa-Studie waren schon mehr als 11 Millionen Bundesbürger beim Osteopathen. Bei einer Umfrage der Stiftung Warentest zum Thema Osteopathie zeigten sich fast 90 Prozent der Befragten zufrieden mit der Behandlung. Mehr als 90 gesetzliche Krankenkassen bezuschussen Osteopathie.

---

Der Verband der Osteopathen Deutschland (VOD)e.V. wurde als Fachverband für Osteopathie 1994 in Wiesbaden gegründet. Als ältester und mit mehr als 5400 Mitgliedern größter Berufsverband verfolgt der VOD im Wesentlichen folgende Ziele: Er fordert den eigenständigen Beruf des Osteopathen auf qualitativ höchstem Niveau. Er klärt über die Osteopathie auf ,informiert

sachlich und neutral und betreibt Qualitätssicherung im Interesse der Patienten. Darüber hinaus vermittelt der VOD hoch qualifizierte Osteopathen.

## Kontaktpersonen



**Michaela Wehr**

Pressekontakt

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

[presse@osteopathie.de](mailto:presse@osteopathie.de)

4915202147105