



Hilft es oder hilft es nicht? Bei der Fülle an neuen oder sich gerade im Trend befindenden Methoden für oder gegen allerhand Alltagsbeschwerden – wie Rückenschmerzen – gibt es nur eine Möglichkeit, diese Frage korrekt zu beantworten: Man probiert es einfach aus! Osteopathie im Diners Club Magazin-Selbstversuch

TEXT: PETRA BÄUERLE

Wer turnt, hat keine Rückenprobleme! So weit meine feste Überzeugung, gestützt durch ein halbwegs stabiles Muskelkorsett, das ich mir mit Hilfe konsequenter Gymnastik antrainiert habe. Altmodisch, aber hilfreich. Weil dann aber doch die Schmerzen im Nacken recht lästig waren, wagte ich etwas Neues: Osteopathie. Eine ganzheitliche Methode jenseits der physiotherapeutischen Allheilmittel wie Strom, Wärme, Kälte und noch einer Massage mehr. Und so finde ich mich in der neuen Praxis von Souzy Kroflin in München wieder, nackt bis aufs Notwendigste. Die sanft strenge blonde „Handwerkerin“, wie sie sich selbst bezeichnet, schaut mir beim Stehen zu. Verschiebungen, Muskelstatik, farbliche Veränderungen des Gewebes – zu ihrer Inspektion gehört auch die Palpation, die manuelle Untersuchung des Patienten durch Betasten. Die osteopathische Diagnostik, so erfrage ich, prüft Mobilität und „Compliance“, ein Maß für die Dehnbarkeit von Körperstrukturen. Aber mir tut doch nur der Nacken weh! Mein Einspruch wird durch den Beginn der Anamnese unterdrückt. Von der Geburt bis zum letzten Geburtstag beichte ich alles, was Körper und Seele wehgetan hat. Blinddarm-OP, aha, Senkspreizfuß, so so. Souzy braucht danach nicht lange zu überlegen und beginnt sofort mit der Therapie. Diese kann sacht

FOTOS: GETTY, MAURITIUS-IMAGES

oder intensiv sein, je nach Problem und Patient, bei mir fühlt sich alles sehr angenehm an. Nicht der Nacken wird bearbeitet, sondern vor allem die Blinddarmnarbe. Durch die eingeschränkte Mobilität des Gewebes an dieser Stelle, so erfahre ich, kann es zu Verschiebungen im ganzen Körper kommen – schließlich sind alle Körperregionen miteinander verbunden und insbesondere durch die Aufhängung am Wirbelkörper in verschiedenen Ebenen verknüpft. „Stellen Sie sich eine Schnur mit vielen Knoten vor, man kann das Durcheinander nur beseitigen, indem man ganz vorsichtig einen Knoten nach dem anderen löst.“ Verstehe ich zwar nicht, klingt aber gut. Weil die Sache so schwer zu erfassen und noch viel schwerer zu praktizieren ist – Osteopathen müssen viele Jahre lernen, bis sie ihr „Handwerk“ beherrschen –, hier ein paar Fakten: Die Behandlung kann bei jedem Menschen und in jedem Alter angewandt werden. Typische Indikationen sind zum Beispiel Rückenbeschwerden, Arthrose, Platt-, Senk- und Spreizfüße, aber auch Magen-Darm-Probleme und Stoffwechselbeschwerden. Auch psychoemotionale Probleme können geheilt werden, Schlafstörungen oder das Burn-out-Syndrom.

Therapeuten wie Souzy Kroflin arbeiten auf der Grundlage genauester Kenntnisse über Anatomie, Physiologie und Pathophy-

siologie. Osteopathie beginnt mit der Wahrnehmung des gesamten Menschen – der Struktur des Körpers, der Kompensationsmechanismen, der Beschwerden und Symptome. Bei der Diagnose werden alle bisherigen Erkrankungen, Operationen und auch Lebensereignisse berücksichtigt, auf körperlicher und seelischer Ebene. Angestrebt wird das Gleichgewicht aller Gewebestrukturen. Wenn eine „freie Mobilität“ des gesamten Organismus zurückgewonnen wird, lösen sich nicht nur Funktionsstörungen auf körperlicher Ebene, sondern werden auch seelische und spirituelle Bereiche ausgeglichen. Der Körper heilt sich selbst unter Mithilfe des Osteopathen – so zumindest die Theorie.

Mir jedenfalls ging es nach der Behandlung richtig gut, im Nacken und auch sonst. Weil so eine Therapie nicht die Welt kostet, empfehle ich allen Lesern mit anhaltenden Beschwerden: einfach mal ausprobieren! Ganzheitlich, alternativ, etwas verschwommen, aber vielleicht genau Ihr Ding.

Tipp: YOUBALANCE, Souzy Kroflin, [www.youbalance.de](http://www.youbalance.de), Tel. 089/54 04 31 80, Behandlungsdauer: ca. 50–60 Minuten, 80 Euro. Private Kassen übernehmen in der Regel die Kosten.

# Ganzheitlich heilen