



MEDIZINISCHES VERSORGUNGSZENTRUM
medicum.mittelhessen
EHM GMBH

Häufige Fragen zu meiner osteopathisch- manualmedizinischen Behandlung

Dr. med. Heike Paul D.O.M.TM D.O.M.P.TM

Inhaltsverzeichnis

Was eine osteopathisch-manualmedizinische Behandlung bewirkt ...	2
Warum ich als Ärztin auch osteopathisch-manualmedizinisch behandle ...	2
Was das Besondere bei der Behandlung von Kindern ist ...	3
Wie die Behandlung in meiner Praxis abläuft ...	3
Was Sie vor der Behandlung beachten sollten ...	4
Wann die Behandlung nicht stattfinden sollte ...	4
Was eine Manipulation ist ...	4
Was eine Atlasterapie nach Arlen ist ...	5
Wie lange eine Behandlung bei mir dauert ...	5
Was Sie nach der Behandlung beachten sollten ...	5
Welche Nebenwirkungen auftreten können ...	6
Welche Kosten für die Patienten entstehen ...	6
Wie es mit der wissenschaftlichen Anerkennung aussieht ...	6
Wo osteopathisch-manuelle Therapie eingesetzt werden kann ...	7
Welche osteopathisch-manualmedizinische Ausbildung ich habe ...	7
In welchen Fachverbänden ich Mitglied bin ...	8
Wie Sie einen Termin ausmachen können ...	8
Warum Sie keine Überweisung / ärztliche Empfehlung (Rezept) benötigen ...	8
Wenn Sie Ihren gebuchten Termin absagen möchten...	8

Was eine osteopathisch-manualmedizinische Behandlung bewirkt ...

Der Körper funktioniert als Ganzes. Stütz- und Bewegungsapparat, innere Organe, Schädel, Hirnhäute, Nervensystem, Blut- und Lymphgefäße bilden idealerweise mit dem umgebenden Bindegewebe (Faszien) ein ausgeglichenes Spannungssystem. Störungen dieses Gleichgewichts durch Fehlspannungen (z.B. bei chronischer Fehlhaltung, schwere oder schnelle Geburt) werden vom Körper normalerweise gut kompensiert. Zusätzliche Belastungen (Verletzungen, Operationen, vermehrte Anspannung, Störungen im vegetativen Nervensystem, Wachstumsschübe bei Kindern) können das Spannungssystem jedoch überfordern. Schmerzen, Funktionsstörungen oder Verhaltensänderungen können dann als Symptome eines nicht mehr stabilen Gesamtsystems auftreten (Zeichen der Dekompensation). Ein osteopathisch-manualmedizinischer Therapeut sucht den gesamten Körper nach signifikanten Störungen ab und behandelt diese. Im Anschluss kann sich ein neues ausgeglicheneres Spannungssystem aufbauen (im Sinne einer Selbstregulation) und die Symptome der Dekompensation können abklingen.

2

Warum ich als Ärztin auch osteopathisch-manualmedizinisch behandle ...

Zeichen der Dekompensation treten in der Regel entfernt von der eigentlichen Ursache auf (eher irgendwo zwischen den verketteten Störungen), wodurch die symptomorientiertere Schulmedizin therapeutisch an ihre Grenzen stoßen kann. Aus diesem Grund biete ich neben meiner Tätigkeit als Ärztin seit vielen Jahren zusätzlich eine osteopathisch-manualmedizinische Sprechstunde an, in der ich meine Patienten mit ausreichender Zeit ganzheitlich behandeln kann.

Was das Besondere bei der Behandlung von Kindern ist ...

Kinder sind in einer anderen körperlichen und geistigen Entwicklungsphase als Erwachsene. Organfunktionen, muskuloskelettales System und besonders der Schädel mit dem zentralen Nervensystem reifen noch bis zum 24. Lebensjahr aus. Daher ist es sinnvoll, Säuglinge, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene alters- und entwicklungsspezifisch zu untersuchen und zu behandeln. Es gibt einerseits spezifische Behandlungstechniken für Kinder und andererseits kann und sollte bei Kindern nicht alles aus der „Erwachsenenbehandlung“ angewandt werden. Dies gilt für die osteopathisch-manualmedizinische Behandlung genauso wie für die Schulmedizin.

Als Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin ist es mir sehr wichtig, meinen Patienten durch das komplementäre Behandlungsangebot bei Beschwerden und Einschränkungen präventiv helfen zu können. Heranwachsen und Entwicklung kann in einem ausgeglichenen Spannungssystem mit besseren Ressourcen i.d.R. symmetrischer, einfacher, zeitgerechter und damit physiologischer erfolgen.

Wie die Behandlung in meiner Praxis abläuft ...

Zunächst mache ich mir ein Bild über die Vorgeschichte (Anamnese) eines Patienten. Dann suche ich nach Haltungs-, Bewegungs- und Funktionsstörungen sowie nach Fehlspannungen im gesamten Körper. Hierfür verwende ich neben meinem trainierten Tastempfinden, meine Kenntnisse aus Osteopathie, manueller Medizin, Anatomie und Schulmedizin. Meine Behandlung ist überwiegend sanft und erfolgt ausschließlich mit den Händen. Bitte denken Sie daran, ein eigenes Handtuch oder Laken mitzubringen, da die Behandlung meist auf einer Liege stattfindet. Hygienische Aspekte werden in meiner Praxis selbstverständlich berücksichtigt. Nach der Behandlung erfolgt eine Kontrolle der anfänglichen Störungen und eine individuelle Beratung.

Was Sie vor der Behandlung beachten sollten ...

Je entspannter Sie bei der Therapie sind, desto einfacher kann Ihr Körper die Therapie annehmen und desto effektiver ist somit meine Arbeit. In der Regel ist ein Patient bei der Untersuchung und Behandlung nur mit Unterwäsche bekleidet, damit ich mir ein Gesamtbild machen kann. Dünne anliegende Bekleidung (z.B. Gymnastikhose, T-Shirt) sind ebenfalls möglich. Bei Kindern ist es je nach Alter sinnvoll, eine Trinkflasche, einen Schnuller, ein Kuscheltier oder ein Buch zum Vorlesen mitzubringen.

Wann die Behandlung nicht stattfinden sollte ...

Bei Fieber oder schlechtem Allgemeinzustand melden Sie Sich bitte frühestmöglich, damit der Termin verschoben werden kann.

Weiterhin gibt es bestimmte Abstände, die ich bei der Behandlung einhalte:

- Impfungen: 1 Woche vorher und nachher
- Operationen: 1 Woche vorher und 6 Wochen nachher
- Knochenbrüche: 6 Wochen nachher
- Gehirnerschütterungen: 2 Wochen nach verschwinden der Symptome
- Entbindungen: nach der Rückbildung

Was eine Manipulation ist ...

Manipulative Behandlungen (Chirotherapie, umgangssprachlich „Einrenken“) verwende ich gelegentlich auch. Hierbei wird ein blockiertes Gelenk an die schmerzfreie Bewegungsgrenze gebracht, bevor über einen schnellen leichten Impuls eine reflexartige Entspannung im Gewebe ausgelöst wird. Manipulationen können am gesamten Körper eingesetzt werden, an der Halswirbelsäule benutze ich jedoch grundsätzlich sanftere Techniken, mit vergleichbarem therapeutischem Erfolg, jedoch ohne behandlungsspezifische Risiken. Bitte sagen Sie mir vor Beginn der Behandlung Bescheid, wenn Sie Manipulationen gänzlich ablehnen.

Was eine Atlasterapie nach Arlen ist ...

Bei einigen Patienten ist ein zusätzlicher Impuls am Atlas (1. Halswirbel) sinnvoll. Der Atlas sitzt unter der Schädelbasis und ist über Gelenke, Kapseln, Bänder (Faszien) und ein stark innervertes Muskelsystem (mit der Funktion eines Wahrnehmungsorgans) mit seiner Umgebung verbunden. Bei der Atlasterapie nach Arlen mache ich zunächst eine standardisierte Diagnostik (ohne Röntgenuntersuchung) und setze dann über den seitlichen Knochenfortsatz des 1. Halswirbels einen kurzen befundspezifischen Dehnungsreiz in der Nackenmuskulatur. Über eine sofortige Veränderung in diesem „muskulären Wahrnehmungsorgan“ können Gleichgewicht, Grob – und Feinmotorik, Haltung und Hirnzentren für Raumorientierung und Schmerzverarbeitung (muskuloskelettale Schmerzen) beeinflusst werden. Diese Technik nach Arlen ist keine Manipulation („Einrenken“ mit behandlungsspezifischen Risiken) sondern basiert auf einem neurophysiologischen Konzept.

Wie lange eine Behandlung bei mir dauert ...

Ein Behandlungstermin dauert ca. 30-45 min. Die Anzahl der empfohlenen Behandlungstermine liegt im Mittel bei 3 Terminen im Abstand von 2-6 Wochen, sie ist vom Ausmaß der individuellen Störungen abhängig. Säuglinge oder Patienten mit leichteren Störungen benötigen häufig weniger Termine.

Eine Befundkontrolle kann nach einigen Monaten sinnvoll sein, insbesondere bei Kindern mit gravierenderen Störungen im Zeitraum von Wachstumsschüben.

Was Sie nach der Behandlung beachten sollten ...

Es ist möglich, dass Sie nach der Behandlung müde sind und langsamer reagieren als gewohnt. Planen Sie bitte eine „Erholungszeit“ nach der Behandlung ein, bevor Sie wieder aktiv am Straßenverkehr teilnehmen. Zur Unterstützung der Therapiewirkung und der Selbstregulation des Körpers sollten Sie nach der Behandlung viel trinken (1-2 Liter) und den restlichen Tag möglichst entspannt verbringen (auch kein Sport / keine Krankengymnastik).

Welche Nebenwirkungen auftreten können ...

In den ersten 3 Tagen nach einer Behandlung kann es zu einer Erstverschlimmerung bekannter Beschwerden kommen. Als Reaktion des vegetativen Nervensystems sind zudem Müdigkeit, vermehrtes Schwitzen, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Muskelkater und „grippale Symptome“ möglich. Bei Besonderheiten oder Fragen bitte ich um eine zeitnahe Rückmeldung.

Welche Kosten für die Patienten entstehen ...

Die individuellen Behandlungskosten richten sich nach Zeitaufwand und Behandlungstechniken. Die Abrechnung meiner Leistungen erfolgt für alle Patienten nach den von der Ärztekammer empfohlenen `Analogziffern der aktuellen Gebührenordnung für Ärzte´ (GOÄ), die Rechnung wird Ihnen zugeschickt. Private Krankenversicherungen erstatten i.d.R. die Kosten der Behandlung, viele gesetzliche Krankenkassen zahlen freiwillige Zuschüsse. Genauere Informationen können Sie im Vorfeld bei Ihrer Krankenkasse erfragen. Falls es zu keiner oder nur zu einer anteiligen Erstattung durch die Krankenkasse kommt, sind die ausstehenden Kosten selbst zu erbringen (individuelle Gesundheitsleistung, IGEL-Leistung).

Wie es mit der wissenschaftlichen Anerkennung aussieht ...

Studenten der osteopathischen Medizin studieren in den U.S.A. in den ersten Jahren gemeinsam mit Studenten der Humanmedizin. Nach ihrer Ausbildung, arbeiten viele D.O.'s (Doctors of Osteopathic Medicine) an renommierten Universitätskliniken gemeinsam mit ihren „klassisch“ ausgebildeten Kollegen. In der internationalen wissenschaftlichen Literatur gibt es daher mittlerweile viele Studien zur Wirksamkeit von osteopathischer Medizin.

Die osteopathische Medizin in Deutschland ist jünger und weniger etabliert. Kollegen aus Orthopädie, Innerer Medizin, Kinderheilkunde und Neurologie empfehlen sie jetzt zunehmend. Beim chronischen Schmerz-Syndrom der Wirbelsäule erkannte die Bundesärztekammer eine Wirksamkeit an [Deutsches Ärzteblatt 2009, Seite 2325 ff.]. Bei der historisch älteren manuellen Behandlung ist die Wirksamkeit dagegen auch in Deutschland schon länger akzeptiert.

Wo osteopathisch-manuelle Therapie eingesetzt werden kann ...

Patienten mit Beschwerden am Bewegungsapparat oder der Wirbelsäule, Muskelverspannungen, Nervenreizungen durch funktionelle Engpässe (z.B. Karpaltunnelsyndrom), Haltungproblemen, Kopfschmerzen / Migräne, Schwindel, Ohrgeräuschen, Kiefergelenksdysfunktionen, Verdauungsproblemen, Reizdarmsyndrom, häufigen Blasenentzündungen, nach Operationen / Pneumonien / Unfällen können von der Behandlung profitieren. Bei Säuglingen oder Kindern mit Trinkschwäche, vermehrtem Spucken oder Schreien, Schiefhals, Schädelasymmetrie, Skoliose, Gangstörung, Bauchschmerzen, Koordinations- oder Aufmerksamkeitsstörungen, Entwicklungsverzögerung, Bettnässen oder Zahnsparangeversorgung kann eine Therapie sinnvoll sein. Bei Beschwerden in der Schwangerschaft oder zur Vorbereitung einer leichteren Entbindung ist eine Behandlung bis zum Geburtstermin möglich. Dies sind beispielhafte Beschwerden, bei denen eine osteopathisch-manualmedizinische Behandlung individuell sinnvoll sein kann. Ein Versprechen für eine Heilung oder Beschwerdelinderung kann es jedoch nicht geben.

7

Welche osteopathisch-manualmedizinische Ausbildung ich habe ...

- Zusatzbezeichnung manuelle Medizin/Chirotherapie (DGMSM), Landesärztekammer Hessen
- Diplom für osteopathische Medizin, D.O.M.TM (DGOM, EROP)
- Diplom für pädiatrische Osteopathie D.O.M.P.TM (DGOM)
- Weiterbildung in manueller Therapie bei Säuglingen und Kindern (DGMSM, DGMM)
- Atlasterapie nach Arlen (DGMM)
- Masterkurse: Osteopathie in der funktionellen Kinder-Kiefer-Orthopädie (Philip van Caille), Visceral Lymphatics (Ken Lossing), Systemic Osteopathic Manipulative Medicine (Ken Lossing), Advanced Craniosakrale Techniken (DGOM), Osteopathy in the Biodynamic Field (David Eland), Brain Parenchyma- Nuclei and Fluid (Bruno Chickly), Vegetatives Nervensystem (René Zweedijk).
- Dozentin bei der deutschen Gesellschaft für osteopathische Medizin (DGOM)

In welchen Fachverbänden ich Mitglied bin ...

Hier können Sie noch weitergehende Informationen über meine Behandlung erhalten:

- Deutsche Gesellschaft für Kinderheilkunde und Jugendmedizin (DGKJ)
- Deutsche Gesellschaft für Osteopathische Medizin (DGOM)
- Ärztesgesellschaft für Manuelle Kinderbehandlung und Atlasterapie e. V. (ÄMKA)

Wie Sie einen Termin ausmachen können ...

Einen Behandlungstermin bei mir können Sie gerne persönlich oder telefonisch über die Praxis für Kinderheilkunde und Jugendmedizin (Tel. 06434 - 5444) oder die Praxis für Dermatologie (06434-906700), im Medicum Mittelhessen, Pommernstraße 47, 65520 Bad Camberg vereinbaren.

Warum Sie keine Überweisung / ärztliche Empfehlung (Rezept) benötigen ...

Da ich Ärztin bin, ist für meine osteopathisch-manualmedizinische Behandlung keine Überweisung oder Empfehlung durch einen ärztlichen Kollegen und auch kein Rezept notwendig. Die Krankenkassen benötigen zur Übernahme von Leistungen lediglich eine schriftliche Rechnung. Diese wird Ihnen nach der Behandlung vom medicum-mittelhessen zugeschickt.

Wenn Sie Ihren gebuchten Termin absagen möchten...

Falls Sie Ihren reservierten Behandlungstermin nicht wahrnehmen können, sollte Sie diesen spätestens 24 Stunden vorher absagen. Ansonsten muss leider eine Ausfallgebühr in Höhe von 70 € in Rechnung gestellt werden. Bei einer frühzeitigen Absage können wir versuchen, einen anderen Patienten mit aktuellen Beschwerden einzubestellen.