

Michael Hartmann
- Heilpraktiker –
Bezirksstr. 6
63755 Alzenau
06023 – 408 99 43

Das Kreuz mit dem Kreuz

Ist es nicht ein Kreuz, mit dem Kreuz? Ob in Ruhe oder Bewegung, warm oder kalt, Regen, herannahendes Gewitter usw., all das kann Schmerzen in der Wirbelsäule auslösen oder verschlimmern. Ca. 50 % aller Menschen leiden an chronischen Rückenschmerzen, je älter sie werden, desto öfter.

Warum ist das so und was steckt dahinter?

Als erstes ist es wichtig, dass wir uns der Aufgabe der Wirbelsäule im menschlichen Körper bewusst werden. Ohne die Wirbelsäule (und das übrige Binde- und Stützgewebe) wären wir eigentlich nur ein zweidimensionales Wesen, d.h. wir würden nur am Boden entlang fließen können. Die Wirbelsäule verleiht uns also die Möglichkeit zum aufrichten, also eine Haltung einzunehmen. Dadurch allein wird schon ersichtlich, dass Rückenprobleme auch etwas mit einer seelisch-geistigen Haltung des Menschen zu tun hat. Eine einseitige, starre Geisteshaltung führt unweigerlich auch zu körperlichen Problemen, aber es geht auch genauso gut andersherum, d.h. ein Mensch mit chronischen Rückenschmerzen kann depressiv, mürrisch und unleidlich werden.

Flexibilität ist also angesagt, im Körperlichen kann man sie durch regelmäßige Gymnastik erreichen, im geistigen Bereich durch ständiges Hinzulernen und anerkennen, dass andere auch mal recht haben könnten. Einseitige Bewegungen, die sich leider allzu schnell einschleichen, ob im Beruf, Haushalt oder Freizeit führen zu einem muskulären Ungleichgewicht und daraus resultieren dann Wirbel- und Hüftverschiebungen.

Unsere Wirbelsäule besteht aus 7 Halswirbeln, 12 Brustwirbeln, 5 Lendenwirbeln, dem Kreuz- und Steißbein. Sie entspringt sozusagen aus dem Kreuzbein, welches wiederum über die Darmbeinschaukeln und die Beine die Verbindung zum Boden herstellt. Kreuzbein und Darmbeinschaukeln bilden das Becken, die Schale für die inneren Organe. Das Becken könnte man auch mit einer Waage symbolisieren, muss es doch fein ausgewogen die Balance halten zwischen rechts und links und vorne und hinten, oben und unten. Stimmt also die Balance im Becken nicht, wird auch die ganze Wirbelsäule in Mitleidenschaft gezogen und es entsteht eine Skoliose. Dadurch leiden dann wiederum die Bandscheiben, werden sie doch jetzt nicht gleichförmig, sondern einseitig belastet. Nimmt nun dieser Mensch eine schwere Last auf, kann es zu einem Bandscheibenvorfall kommen. Meist hilft dann nur noch eine Operation, denn ein eingeklemmter Nerv muss schnell wieder entlastet werden, sonst stirbt der Nerv ab.

Leider hilft oft aber die Operation nicht, die chronischen Beschwerden zu beseitigen, da das ursächliche Problem, nämlich das verschobene Becken, nicht korrigiert wurde, das Problem geht auf ein anderes Segment über und so muss meist nach wenigen Jahren wieder operiert werden.

Da alle Nerven, die unseren Körper motorisch und sensibel versorgen, aus der Wirbelsäule bzw. aus den Zwischenwirbellöchern entspringen und die Wirbelsäule dazu auch noch das Rückenmark beherbergt, ist schnell ersichtlich, warum eine Wirbelsäulenproblematik sich auch auf innere Organe auswirken kann. So kann ein Heuschnupfen, eine Trigeminusneuralgie, eine Herz- oder

Lungenproblematik, Nierenschmerzen, Unfruchtbarkeit und noch so vieles mehr, von einer Dysfunktion eines gequetschten Nerves verursacht oder unterhalten werden.

Chiropraktik oder Osteopathie ?

Natürlich gibt es auch naturheilkundliche Verfahren, um eine verschobene Wirbelsäule wieder „gerade zu biegen“. Während früher mehr die doch recht grobe Chiropraktik eingesetzt wurde, geht heute die Tendenz eher zur sanften Osteopathie, die mit den körpereigenen Rhythmen arbeitet (Cranio-Sacral-Therapie, Dynamische Wirbelsäulentherapie usw.). Die Erfolge sind wesentlich tiefgreifender und langanhaltender und die Gefahr einer Schädigung besteht nicht auch mehr. Mit Unterstützung einer entschlackenden, entsäuernenden und entgiftenden Therapie steht dann, auch bei einer langwierigen Problematik, einer Heilung eigentlich nichts mehr im Wege.