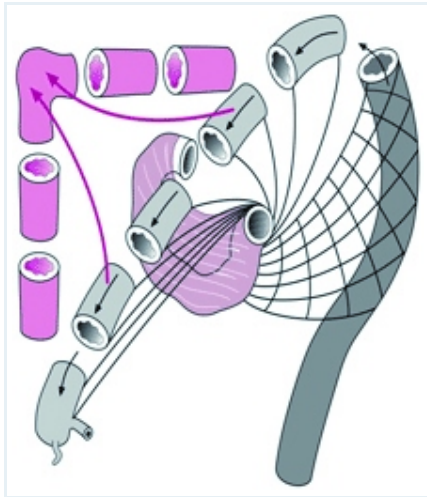


Osteopathische Perspektive auf den Aufrichtungsprozess durch viszerale Stabilität



🕒 16. November 2013 🧑 Peter Wühl 📖 Peters Blog
✍️ (Bearbeiten)

📁 Fachbeitrag, Fachbeitrag der Woche, Osteopathie
🔖 Aufrichtungsprozess, Faszien, Gleichgewicht, Kranio-Sakral, Organe, Osteopathie, Peter Wühl, Psyche, Symmetrie, Viszera, Wirbelsäule

Das klinische Verständnis des Aufrichtungsprozesses in der Osteopathie betont die Bedeutung der Aktivität aller drei Achsenorgane und spricht von drei tragenden Säulen in der Aufrichtung im Schwerkraftfeld: die **kranio-sakrale Wirbelsäule**, das **kranio-sakrale zentrale Nervensystem** und nicht zuletzt das **kranio-sakrale Darmrohr**. Stabilität und Volumen der Viszera sind sowohl im neuromotorischen Lernprozess der Aufrichtung (der Kinder) als auch für die Leichtigkeit und Stabilität der aufrechten Haltung (aller) essentiell. Im Alter krümmen wir uns nicht nur weil die Knochen müde werden; auch die Tragkraft der inneren Organe lässt nach. Aufrichtung als komplexe menschliche Tätigkeit lässt auch einen Wahrnehmungs- und Handlungsbezug erkennen. Jeder Schritt im Aufrichtungsprozess ermöglicht neue Erfahrungsmöglichkeiten. Sich-Aufrichten ist eine Form, mit der Umwelt in Kontakt zu treten und sich in diesem Kontakt neu zu erfahren.

Stabile Organe unterstützen die Aufrichtung

Gesunde Hohlorgane sind durch eigene (intrinsische) Kraft form- und positionstabil. Organe sind nicht einfach tote oder schwer Masse, sie tragen auch durch ihre volumetrische Kraft zur Aufrichtung bei. Daher wird in der viszeralen Diagnostik Form-, Volumen- und Positionsstabilität eines Organes als primärer Parameter verwandt. Nur so können wir die klinische Kardinalsfrage: Welches Organ belastet den Gesamtorganismus und muss behandelt werden? beantworten.

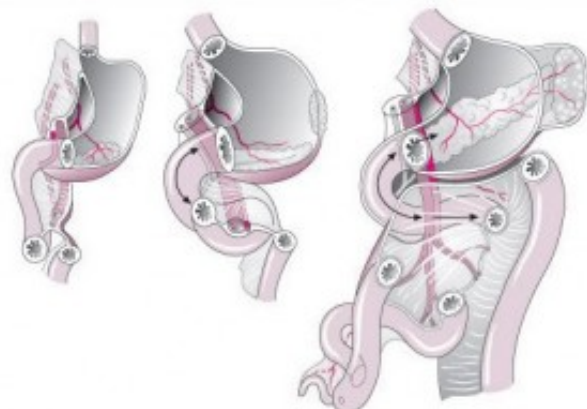
Zuweilen wird Bewegung und Beweglichkeit der Organe betont. Diesen kommt aber kaum klinische Relevanz zu, da die meisten Organ-Bewegungen wenig über den Aktivitätszustand des Organs aussagen. Viszerale Stabilität trägt die Aufrichtung von innen.

Nur so können wir die klinische Kardinalsfrage: Welches Organ belastet den Gesamtorganismus und muss behandelt werden? beantworten.

Ein gesundes Organ hält sein Volumen aus eigener Kraft und bietet dem Bewegungs- und Halteapparat so ein Widerlager. Wir stehen auch mit dem Volumen der inneren Räume und halten uns durch die viszerale „Wirbelsäule“ aufrecht. Beleg dafür ist der Umstand, dass die mittlere Schwerkraftlinie nicht durch die knöcherne Wirbelsäule geht sondern vor dieser liegt. In der viszeralen Osteopathie sprechen wir daher von den inneren Kissen auf denen wir ruhen. **Stabile Organe unterstützen die Statik der Wirbelsäule**, müde Organe belasten sie.

Müde Organe, angestrenzte Haltung

Verliert ein Organ seine Stabilität wird es zur Last an der Wirbelsäule. Da Organe über Faszien und Muskeln mit dem Bewegungsapparat verbunden sind, ziehen erschöpfte Organe am Knochengerüst. Die Aufrichtung gegen die Schwerkraft muss nun die Extralast der müden Organe tragen, wie bei einer Familienwanderung die kleinen Kinder irgendwann auf den Schultern der Erwachsenen landen. Die Schultern der Starken tragen nun extra und die Müden ruhen sich aus und kommen auch ohne eigene Anstrengung zum Gipfel. **Ziel der osteopathischen Behandlung ist es die Müden wieder munter und stabiler zu machen**, dass die Wegstrecke mit der gemeinsamen Kraft aller gegangen werden kann. Das heißt aber, dass jene die zu wenig aktiv sind stimuliert werden müssen, während jene die überaktiv waren sich entspannen dürfen.



Abenteuer des Sich-Aufrichtens

Aufrichtung führt zum Stehen, Gehen, Rennen, Fallen; es eröffnet eine Phase des "Machen-Könnens" und mündet in das erste "Liebesverhältnis mit der Welt".

Die spannungsreiche Dialektik von Halten und Loslassen, von Loslösen und neuer Verbundenheit ist eingebettet in die Sprach- und Beziehungsentwicklung, in die Entdeckung des eigenen Geschlechts bis zum Selbsterkennen im Spiegel. Daher erkennen wir im Sich-Aufrichten eine dreifache Leistung des Subjekts:

- ↳ als Wachstumsgeste (Form-bildend),
- ↳ als Aufrichtungsprozess zum 2-Bein-Gang (Funktion-bildend), und
- ↳ als Entwicklung der Person (Psyche-bildend).

Diese Entwicklung der verkörperten Funktion „Aufrichtung“ als Bildungsprozess von Form, Funktion und Psyche beschäftigt die Osteopathie und insbesondere die viszerale Osteopathie. Aufrichtungsprozess und viszerale Aktivität – sei es Wachstum oder Stoffwechsel – sind aufs engste verbunden (siehe Tabelle). Viszerale Osteopathie behandelt innere Organe als wichtige Akteure im Abenteuer der Aufrichtung. Es geht ihr dabei um die Wahrnehmung geweblicher Aktivität, das Verstehen der Regulation und das Gewahrwerden der verkörperten Funktion des sich Aufrichtens.

Spürbare Qualität, regulierte Aktivität und erfahrungskonstitutive Funktion am Beispiel der Aufrichtung

Qualitäten

- ↳ Elastizität der Gewebe, die drei Wirbelsäulen: Knochen, Rückenmark und Flüssigkeiten, viszerale Wirbelsäule
- ↳ Spannung und Anspannung der Muskeln und Bindegewebe, Form und Symmetrie
- ↳ Position und Dynamik der drei Wirbelsäulen
- ↳ Volumen der Räumlichkeiten: Schädelhöhle, Brustraum, Abdomen, Retroperitoneum, Becken

Gewerbliche Qualitäten in Aktivitätszuständen

- ↳ Anstrengung und Leichtigkeit der Aufrichtung
- ↳ Ruhe- und Belastungsaktivität aller Gewebe, Hyper- und Hypoaktivität
- ↳ Ermüdung und Erschöpfung
- ↳ Anpassung und Kompensation

Regulationszusammenhänge

- ↳ 5 sensomotorische Regelkreise, Reflexe, Reaktionen, Propriozeption, Kinästhetik, Gleichgewicht, Willkür-Motorik
- ↳ Ausrichtung im Raum unter Einbeziehung aller Sinne
- ↳ vegetative Rhythmen

Verkörperte, erfahrungskonstitutive Funktion

- ↳ Aufrichtung als Wachstumsgeste
- ↳ Aufrichtung als Umweltbezug
- ↳ Lordosen-Bildung und Entwicklung der Kommunikationsmöglichkeiten
- ↳ Von der Aufrichtung zur Sprache
- ↳ Aufrecht-Sein als Geste und innere Haltung Recht und Gerech