

Arbeitskreis Osteopathie 15.09.2021

Thema: Sutherland Technik / Ligamentäre artikulare Spannungen

Definitionen zu:

Hypermobilität / Läsion

Läsion / Dysfunktion

Vorüberlegungen:

Die Spannungen aller Ligamente eines normalen Gelenks ist ausgewogen. Sie dient der Zentrierung benachbarter Knochen in ihren artikulären Flächen. Dieses Aufhängesystem gewährleistet ein ausgewogenes Gelenkspiel und ist euton.

Bei einer Distorsion wird ein Gelenk jenseits der physiologischen Position verschoben. Es kommt zu einem Stabilitätsverlust. Dieser kann sich angular oder axial auswirken.

Trauma / Strain → aktive Reaktion zum Schutz / Richtungsbindung →
Einschränkung / Anspannung → Passive Reaktion (strukturell) → Verhärtung

Die Läsion wird durch die Dysfunktion gehalten und geschützt.

Mit der Sutherlandtechnik wird die Gegenkraft aktiviert, die das Reponieren der Hypermobilität zum Ziel hat.

Die Ligamente kommen wieder in eine ausgewogene Spannung. Das Gelenk kehrt in die physiologische Position zurück.

Es ist eine indirekte Technik die ein myofasziales release mit sich bringt.

Die Regenerationszeit von Bindegewebe beträgt 3 Monate.

Vorgehen:

Die **Hypermobilität** eines Gelenks wird im Seitenvergleich getestet. Sie kann angular, axial oder kompressiv sein.

Die primäre Läsion zieht Dysfunktionen nach sich, die weitere Läsionen auslösen können. Die Primäre Läsion wird dann Schlüssel-läsion genannt.

Das Gelenk wird durch den Therapeuten einfühlbar in die Richtung der Hypermobilität / Läsion begleitet bis in die Endposition. Der Patient führt evtl. zusätzlich eine leichte isometrische Anspannung durch und verstärkt dadurch die Hypermobilitätsrichtung. Wenn beim weiteren Vorgehen die reponierende Kraft nicht einsetzt, kann zur Verstärkung eine vertiefte Atmung eingesetzt werden.

Mit Erreichen der Maximalbewegung in Rotation und Kompression oder Dekompression, wird diese Position durch den Therapeuten so lange gehalten, bis eine deutliche, muskulär korrigierende Bewegung einsetzt. Die Absicht in der Behandlung muss für den Körper eindeutig sein, sonst kann keine ausreichende Reaktion erfolgen. Der dann einsetzenden deutlichen Repositionsbewegung folgt der Therapeut unter Beibehaltung eines angemessenen Gegenhaltes. Dadurch wird die reponierende Kraft noch verstärkt.

Es wird eine Harmonie im Kräftespiel angestrebt.

Wenn die Reposition in die Neutralstellung nicht erfolgt oder kein Fließen entsteht gibt es mehrere Ursachen:

- es war nicht die richtige Position oder doch eine Dysfunktion
- die Umgebungsumstände stimmen für das Gewebe nicht

Da die Verursachung an einem Gelenk häufig mit einem Unfall verbunden ist, können emotionale Reaktionen auftreten. Während der strukturellen Behandlung behält der Therapeut seine fokussierte Aufmerksamkeit auf der Struktur. Er nimmt die emotionale Reaktion nur wahr, lässt sie zu, ohne darauf einzugehen. Das emotionale Geschehen wird separat behandelt. Dadurch weiß der Körper woran gearbeitet wird und gerät nicht ins Chaos.

Im Arbeitskreis durchgeführte Behandlungen an einer Teilnehmerin:

osteopathischer Kurzbefund der Körperstatik

beide Füße, Großzehe

Fibula bds.

LWS

BWS

HWS

die Wirbelsäulenbehandlung wurde sowohl im Liegen wie auch im Sitzen durchgeführt.

Es war ein interessanter Arbeitskreis Osteopathie. Ich danke den TeilnehmerInnen.