

Faszien zwischen vegetativer Steuerung und osteopathischer Therapie

Faszien sind in der osteopathischen Arbeit weit mehr als bloßes Bindegewebe: Sie geben Aufschluss über vegetative Dysbalancen, beeinflussen Stoffwechselprozesse und eröffnen therapeutische Zugänge. Studien und Fallberichte unterstreichen ihre zentrale Rolle in Diagnostik und Behandlung. Die Faszien-Experten Kristin Adler und Andreas Benitez geben dazu Einblicke in die tägliche Arbeit.



*Wichtig: Faszien sollen beweglich sein. Daher prüft der Osteopath nach der ausführlichen Anamnese in der Befunderhebung auch deren Beweglichkeit – und kann so schon Rückschlüsse auf die Ursachen der individuellen Beschwerden ziehen.
Foto: bvo*

„Faszien sind für uns ein Schlüsselgewebe. Sie geben uns wertvolle Hinweise über den Zustand des Patienten und eröffnen gleichzeitig therapeutische Möglichkeiten“, sagt Andreas Benitez, Heilpraktiker und Physiotherapeut mit abgeschlossener Osteopathie-Ausbildung. In der osteopathischen Praxis gehören Faszien damit zu den zentralen Strukturen, wenn es um Diagnostik und Behandlung geht.

Embryologischer und funktioneller Hintergrund

Faszien sind mehr als bloßes Stützgewebe: Embryologisch stammen alle Gewebe des Bewegungsapparats aus differenziertem Mesenchym, was die universelle Bedeutung der Faszien unterstreicht. Sie sind kontraktile und stehen unter vegetativer Steuerung. Im sympathikotonen, ergotropen Modus sind sie gespannt, stabilisieren und unterstützen Muskeln oder Organe in ihrer Aktivität. In parasympathisch geprägten Ruhephasen dagegen sinkt der Tonus, die Faszien werden durchlässiger, was Nährstoff- und Flüssigkeitstransport ermöglicht.

Dieser ständige Wechsel zwischen Aktivierung und Regeneration ist entscheidend für die Gewebeversorgung. Kommt es zu einer Dysbalance – etwa durch dauerhaften Stress, der den Sympathikus dominiert – bleiben die Faszien in erhöhter Spannung. Die Folge sind stagnierende Stoffwechselprozesse, eingeschränkte Versorgung der Zellen, reduzierte Leistungsfähigkeit und häufig auch Schmerzen. Hier setzt ein osteopathisches Prinzip an: die Förderung der Autoregulation. Eine osteopathische Behandlung unterstützt diesen Wechsel und kann helfen, die Balance zwischen Sympathikus und Parasympathikus wiederherzustellen.

Klinische Relevanz und Forschung

Für Osteopathen sind Faszien daher doppelt relevant:

1. Sie sind diagnostisch wertvoll, da ihr Spannungszustand Rückschlüsse auf vegetative Dysbalancen erlaubt.
2. Zugleich bieten sie therapeutisch einen direkten Zugang, um diese Dysbalancen positiv zu beeinflussen.

Auch die Forschung liefert hierfür belastbare Hinweise. Eine randomisierte kontrollierte Studie von Fernández-de-las-Peñas et al. [1] mit 40 Patienten untersuchte den Effekt von Myofascial Release bei chronischem Spannungskopfschmerz. Die Behandlung der Hals- und Nackenfaszien führte zu einer signifikanten Reduktion von Kopfschmerzfrequenz und Kopfschmerzintensität, zu einer verbesserten Nackenbeweglichkeit und Verringerung myofaszialer Triggerpunkte. Im Vergleich zur Placebogruppe zeigte sich damit ein klarer therapeutischer Effekt. Die Autorinnen und Autoren kamen zu dem Schluss, dass Myofascial Release eine wirksame Ergänzung in der Behandlung chronischer Spannungskopfschmerzen darstellt – vermutlich über die Reduktion von Gewebespannungen und eine verbesserte Elastizität der Faszien.

Fallbeispiel

Auch in der täglichen Praxis zeigt sich, wie weitreichend fasziale Zusammenhänge sein können. Heilpraktikerin und Physiotherapeutin Kristin Adler, die in eigener Praxis für Physiotherapie, Osteopathie und Naturheilkunde in Hannover tätig ist, erinnert sich an einen Fall einer Patientin mit wiederkehrenden Kopfschmerzen.

Ursache war nicht primär die Halswirbelsäule, sondern Narbengewebe nach einer Bauchoperation. Die fasziale Spannung wirkte sich über das Diaphragma auf Wirbelsäule und Schädel aus und begünstigte die Kopfschmerzen. Erst die Behandlung dieser faszialen Restriktionen führte zu einer deutlichen Verbesserung.

„Solche Beispiele zeigen, dass Faszien für uns nicht nur ein einzelnes Gewebe sind, sondern ein verbindendes Netzwerk, das lokal und systemisch eine Rolle spielt“, betont Andreas Benitez. „Ihre Relevanz für die osteopathische Arbeit liegt genau in dieser Verknüpfung: Sie spiegeln den funktionellen Zustand des Patienten wider und sind zugleich der Hebel, über den wir therapeutisch wirken können.“

Fazit

Faszien sind in der osteopathischen Praxis unverzichtbar. Sie ermöglichen die Einschätzung vegetativer Zustände, erklären komplexe Symptomzusammenhänge und bieten einen zentralen Zugang für die Therapie. Aktuelle Studien bestätigen ihre Rolle bei der Behandlung von Schmerzzuständen. Damit sind sie nicht nur ein faszinierendes, sondern auch ein hoch relevantes Gewebe in Diagnostik und Behandlung.

Weitere Informationen für Ihre Leser oder zur Themenanregung finden Sie in unserem Blog „Osteopathie Magazin“ ► bit.ly/BVO-Blog.

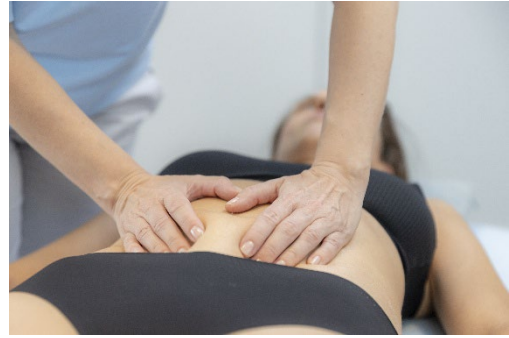
Weitere Bildauswahl



*Expertin, Autorin,
Dozentin – Kristin Adler
beschäftigt sich seit
mehreren Jahren mit dem
Thema Faszien.
Foto: privat*



*Andreas Benitez ist
Physiotherapeut mit
osteopathischer
Ausbildung.
Foto: privat*



*Faszien sind mit vielen Strukturen im
Körper verbunden. Daher können
Verklebungen im Bauchraum
Auswirkungen auf Kopfschmerzen und
Migräne haben. Foto: bvo*

[>> Weiteres Bildmaterial zum Download <<](#)

[>> Pressemitteilung als PDF inkl. Bilder zum Download <<](#)

Über den Bundesverband Osteopathie e.V. – bvo

Starker Service, starker Fortschritt, starker Partner – das ist der Bundesverband Osteopathie e.V. – bvo. Er ist die berufliche Interessenvertretung für osteopathisch arbeitende Therapeuten, Schulen und Einrichtungen in Deutschland. Seit 2002 setzen wir uns ein für eine qualifizierte Ausbildung mit einheitlich festgelegten Richtlinien zur Osteopathin/zum Osteopathen sowie einer gesetzlich anerkannten Berufsausübung der Osteopathie. Nur so kann eine hohe Sicherheit und Qualität v.a. für Patienten garantiert werden.

Kontakt:

Jacqueline Damböck
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Tel. 09232 88 12 624
presse@bv-osteopathie.de
www.bv-osteopathie.de

Literatur:

[1] Fernández-de-las-Peñas C, Alonso-Blanco C, Cleland JA, Miangolarra JC. Myofascial trigger points in subjects presenting with mechanical neck pain: a randomized, controlled clinical trial. *J Headache Pain*. 2014;15(1):41.