

Osteopathie – die Heilmethode mit einer fast 100%-igen Weiterempfehlung

Am 22. Juni wird jedes Jahr der Tag der Osteopathie gefeiert. Die ganzheitliche Heilmethode wird auch in Deutschland immer beliebter: Fast jeder, der schon einmal beim Osteopathen war, würde die Behandlung weiterempfehlen. [1, 2] Rund ein Viertel der Patienten, die beim Osteopathen landen, kommen auf Empfehlung der Ärzte. [3] Dabei ist die Osteopathie etwas für jedermann und -frau.

Das Robert-Koch-Institut hat in der BURDEN-Studie 2020 herausgefunden, dass weit mehr als die Hälfte der Deutschen unter Rückenschmerzen leiden – rund 16% berichten von chronischen Beschwerden. [4] Bei einem Teil der Befragten waren die Schmerzen sogar so stark, dass sie deren Lebensqualität stark beeinträchtigten.

Zahlreiche Studien belegen, dass osteopathische Techniken u.a. bei chronischen Rückenschmerzen helfen. [5–8] Besonders während der letzten zwei Jahre nahm das Problem zu, da u.a. viele Arbeitnehmer im Homeoffice arbeiteten und dort über keine ergonomisch eingerichteten Arbeitsplätze verfügen. Auch hier kann die Osteopathie einen Ansatz bieten, um positive Effekte zu erzielen.

Osteopathie – nicht nur bei Rücken

Dass osteopathische Methoden jedoch nicht nur bei (chronischen) Rückenschmerzen helfen, das zeigt auch eine der weltweit größten Studien zur Kinderosteopathie. [9, 10] Untersucht wurden **dabei die fünf** häufigsten Gesundheitsstörungen bei Säuglingen – allen voran die Säuglingsasymmetrie, aber auch sog. „Schreibabys“ und Schlafstörungen wurden berücksichtigt. Insgesamt fiel das Ergebnis durchweg positiv aus: Zwischen 56% und 82% der kleinen Probanden ging es nach einer osteopathischen Behandlung besser.

Die Osteopathie ist auch Forschungsgegenstand der Charité. Es liegen Studien zum Thema Neurodermitis (atopischer Dermatitis) [11] und chronischen Schmerzen am Bewegungsapparat [12] vor. Außerdem untersuchten die Wissenschaftler, in wie weit die Osteopathie professionellen Musikern bei chronischen Nackenschmerzen helfen kann [13]. Das Ergebnis: Nach zwölf Wochen schilderten die Probanden, die osteopathisch behandelt wurden, eine Verbesserung ihrer Schmerzen – teilweise blieben diese sogar bis zu einem Jahr bestehen.

Osteopathie – zur Prävention

Wer lange sitzen muss – gleich, ob im Homeoffice oder im Büro – der kann auch präventiv etwas gegen die Beschwerden im Bewegungsapparat tun. „Mit verschiedenen osteopathischen Techniken können wir dafür sorgen, dass z.B. bei längerem Sitzen die Beine oder Füße nicht einschlafen oder allgemein die Mobilität im Becken und in der Wirbelsäule überhaupt gegeben ist, um sich „gut“ hinsetzen zu können“, erklärt BVO-Mitglied Godehard Stoll. So dürfe auch auf keinen Fall die Nacken- und Armmuskulatur vergessen werden, die fähig sein muss, eine längere Sitzdauer auszuhalten.

Demnach kann der Osteopathie-Besuch nicht nur bei bestehenden Beschwerden helfen, sondern auch zur Prävention eingesetzt werden.

Sie sind auf der Suche nach einem Osteopathie-Experten für Ihre Story zum Tag der Osteopathie?

Dann kontaktieren Sie uns – wir helfen Ihnen gerne dabei, den passenden Protagonisten zu finden!

Literatur

- [1] <https://bit.ly/Osteo-wirkt>
- [2] <https://bv-osteopathie.de/patientenumfrage/>
- [3] <https://bit.ly/BVO-PU-Ergebnis>
- [4] https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsJ/JoHM_S3_2021_Rueckenschmerz_Nackenschmerz.pdf?__blob=publicationFile#:~:text=61%2C3%20%25%20der%20Mensch%20in,ner%20mit%2056%2C4%20%25
- [5] Licciardone, J.C., Brimhall, A.K. & King, L.N. Osteopathic manipulative treatment for low back pain: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. BMC Musculoskelet Disord 6, 43 (2005). <https://doi.org/10.1186/1471-2474-6-43>
- [6] Martí-Salvador M, Hidalgo-Moreno L, Doménech-Fernández J, Lisón JF, Arguisuelas MD. Osteopathic Manipulative Treatment Including Specific Diaphragm Techniques Improves Pain and Disability in Chronic Nonspecific Low Back Pain: A Randomized Trial. Arch Phys Med Rehabil. 2018 Sep;99(9):1720-1729. doi: 10.1016/j.apmr.2018.04.022. Epub 2018 May 19. PMID: 29787734. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29787734/>
- [7] Tamer S, Öz M, Ülger Ö. The effect of visceral osteopathic manual therapy applications on pain, quality of life and function in patients with chronic nonspecific low back pain. J Back Musculoskelet Rehabil. 2017;30(3):419-425. doi: 10.3233/BMR-150424. PMID: 27858681. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27858681/>
- [8] <https://ostemed-dr.contentdm.oclc.org/digital/collection/myfirst/id/13747>
- [9] <https://bv-osteopathie.de/wp-content/uploads/2019/01/PresselInformation-OSTINF-Studie-1.pdf>
- [10] <https://bv-osteopathie.de/2019/01/10/kinderosteopathie-studie/>
- [11] https://epidemiologie.charite.de/fileadmin/user_upload/microsites/m_cc01/epidemiologie/Projekte_de_IntegraMed/CAMATOP_de.pdf
- [12] https://epidemiologie.charite.de/fileadmin/user_upload/microsites/m_cc01/epidemiologie/Projekte_de_IntegraMed/Osteopathie_de.pdf
- [13] https://epidemiologie.charite.de/fileadmin/user_upload/microsites/m_cc01/epidemiologie/Projekte_de_IntegraMed/Musiker_de.pdf

Bildauswahl



Abbildung 1: Viele Studien bestätigen, dass Osteopathie bei (chronischen) Rückenschmerzen hilft. Foto: Bundesverband Osteopathie e.V. – BVO



Abbildung 2: Wer viel sitzt, der hat oft mit Nacken-, Schulter- und Rückenschmerzen zu kämpfen. Hier kann die Osteopathie helfen - auch präventiv. Foto: Bundesverband Osteopathie e.V. – BVO

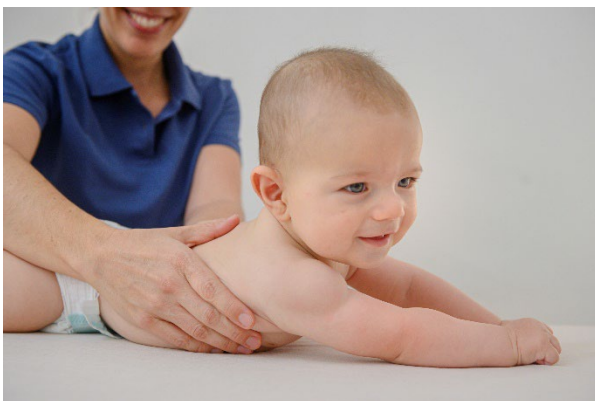


Abbildung 3: Osteopathie ist nicht nur für Erwachsene geeignet. Besonders können auch Säuglinge und Kinder von der sanften Heilmethode profitieren. Foto: Bundesverband Osteopathie e.V. – BVO

Über den Bundesverband Osteopathie e.V.

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

Bildmaterial können Sie über den folgenden Link beziehen:
<https://bv-osteopathie.de/pressebilder/>

→ Bitte geben Sie als Bildquelle „Foto: Bundesverband Osteopathie e.V. – BVO“ an

Die Pressemitteilung als PDF finden Sie hier zum Download:
<https://bv-osteopathie.de/pressemitteilungen/>