

Inhalt

Vorwort	1
----------------------	---

Die Dorn-Therapie

Einführung	5
Was ist die Dorn-Methode?	5
Wichtige Begriffe	7
Blockade	7
Luxation, Subluxation	8
Korrektur, Richten	8
Dermatome und Head-Zonen	8
Hilfsmittel	10
Brettchen zum Pendeln	11
Schieber	11
Standhilfen	12
Elektrische Massagegeräte	13
Zusammenfassung	14
Geschichte	15
Anatomische Grundlagen	16
Die Wirbelsäule	17
Struktur	17
Aufbau der Wirbel	17
Rippengelenke	19
Atlas und Axis	20
Übungen zur Anatomie der Wirbelsäule	21
Visualisierungen	21
Allgemeine Übungen	21
Auffinden einzelner Wirbel	22
Das Becken (Pelvis)	23
Aufbau	23
Die Iliosakralgelenke	23
Übung zur Anatomie des Beckens	26
Visualisierung	26
Das Hüftgelenk (Articulatio coxae)	26
Der Schultergürtel	27
Aufbau	27
Die Klavikulargelenke	28
Das Schulterblatt (Scapula)	28
Das Schultergelenk (Articulatio humeri)	28
Übungen zur Anatomie des Schultergürtels	28
Visualisierungen	28

Gelenke der Extremitäten	29
Gelenke des Ellbogens (Cubitus)	29
Übung zur Anatomie des Ellbogens	29
Visualisierungen	29
Proximales Handwurzelgelenk (Articulatio radiocarpalis)	29
Kniegelenk (Articulatio genus)	30
Gelenke des Fußes	30
Zehen- und Fingergelenke	31
Hinweise zum Kiefergelenk	31
Pathophysiologische Aspekte	31
Wirbel- und Gelenkblockaden aus schulmedizinischer Sicht	32
Das biomechanische Blockadekonzept	32
Befunde	33
Ursachen	34
Theorie der Dorn-Therapie	34
Bedeutung der Beinlängendifferenz	35
Hüftgelenksblockade	35
Diskussion	35
Blockaden der Iliosakralgelenke	36
Beckenverwringung	36
Blockaden von Knie- und Sprunggelenk	37
Blockaden von Ellbogengelenk, Handgelenk, Finger- und Zehengelenken	37
Blockaden der Brust- und Lendenwirbel	37
Blockaden der Halswirbel	38
Entsprechungen aus Sicht der traditionellen chinesischen Medizin (TCM)	38
Diagnosekonzepte	38
Die Qi-Energie	39
Blut (Xue)	39
Bedeutung der Gelenke	40
Bedeutung der Mittelachse	40
Zusammenhänge zwischen Wirbelblockaden, Funktionskreisen und ihrer Symptomatik	41
Th3 – Lunge, Wandlungsphase Metall	43
Th4 – Perikard, Wandlungsphase Feuer	43
Th5 – Herz, Wandlungsphase Feuer	44
Th9 – Leber, Wandlungsphase Holz	44
Th10 – Gallenblase, Wandlungsphase Holz	45
Th11 – Milz-Pankreas, Wandlungsphase Erde	46
Th12 – Magen, Wandlungsphase Erde	46
L1 – Dreifacher Erwärmer, Wandlungsphase Feuer	47
L2 – Niere, Wandlungsphase Wasser	47
L4 – Dickdarm, Wandlungsphase Metall	48
S1 – Dünndarm, Wandlungsphase Feuer	49
S2 – Blase, Wandlungsphase Wasser	49

Seelische Ursachen und Begleiterscheinungen	
bei Wirbel- und Gelenkblockaden	50
Schlussfolgerungen für die Praxis	51
Indikationen	51
Schmerzen des Bewegungsapparats	52
Rückenschmerzen	52
Skoliosen, Morbus Scheuermann, Morbus Bechterew	53
Arthrosen	53
Beschwerden von HWS, Schultergürtel und Oberer Extremität	53
Knieschmerzen	54
Weitere Beschwerden	55
Herzrhythmusstörungen	55
Morbus Menière	55
Kopfschmerzen	56
Empfindungsstörungen der Arme und Hände	56
Das Karpaltunnelsyndrom	56
Kontraindikationen	57
Relative Kontraindikationen	57
Schwangerschaft	57
Patienten mit Hämophilie oder unter Antikoagulationstherapie	58
Osteoporose	58
Nicht operationsbedürftige Bandscheibenvorfälle	58
Tumoren	58
Gleitwirbel	58
Absolute Kontraindikationen	59
Frakturen	59
Eingeschränkte Schmerzwahrnehmung, Bewusstseinsstörung	59
Knochentumoren, Myelome, Metastasen	59
Cauda-equina-Syndrom	59
Diagnostik	60
Abklärung von Rückenschmerzen	60
Anamnese	60
Untersuchung	60
Inspektion	60
Palpation und Perkussion	62
Hinweise zu häufig mit Rückenschmerzen	
verbundenen Krankheitsbildern	62
HWS-Syndrom und zervikaler Bandscheibenvorfall	62
BWS-Syndrom	62
LWS-Syndrom und lumbaler Bandscheibenvorfall	63
Osteoporose	64
Morbus Scheuermann	65
Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises	65
Wichtige Tests und Zeichen	66
Differenzialdiagnose verschiedener Schmerzbilder (Übersicht)	67
Dokumentation und Beurteilung des Heilungsverlaufs	68

Diagnose und Behandlung unter Berücksichtigung	
möglicher Fehlerquellen	69
Überprüfung der Beinlängen	69
„Hüftgelenksübung“	71
Behandlung des Kniegelenks	73
Behandlung des Sprunggelenks	74
Beweglichkeitsprüfung der Iliosakralgelenke (modifiziertes Vorlaufphänomen)	75
Untersuchung und Behandlung von Blockaden der Iliosakralgelenke	76
Untersuchung und Behandlung von Beckenverwringungen	78
Untersuchung und Behandlung von Lendenwirbelsäule und unterer Brustwirbelsäule (Th7 – Th12)	80
Untersuchung und Behandlung der Brustwirbelsäule (Th1 – Th9)	83
Fallbeispiel: Taumelschwindel, Herzrasen	84
Untersuchung und Behandlung der Halswirbelsäule	85
Sonderfall Atlas	88
Fallbeispiel: Morbus Menière	89
Untersuchung und Behandlung der Schulterblätter	89
Behandlung von Oberarm-Schultergelenk	91
Behandlung der Extremitätengelenke	92
Behandlung des Ellbogengelenks	92
Behandlung des Handgelenks	92
Behandlung der Finger- und Zehengelenke	93
Fallbeispiel: Rheuma in allen Gelenken	93
Behandlung des Kiefergelenks	93
Therapeutische Besonderheiten	94
Behandlung von Kindern	94
Behandlung von Patienten mit Prothesen	95
Behandlung von Begleiterscheinungen	95
Muskelkater	95
Schwindel	95
Kopfschmerzen	95
Tipps und Tricks	96
Vermeiden einer Überbehandlung	96
Vorgehen bei „Hormonbuckel“	97
Vorgehen bei hartnäckigen Wirbelblockaden	98
Hinweise zu begleitenden Aktivitäten	99
Physiotherapie	99
Freizeitsport	99
Stretching und Yoga	99

Die Breuß-Massage

Einführung	103
Wichtige Begriffe	103
Druck und Zug	103
„Peitschenschlag“	103
Material	103
Indikationen	104
Entspannung vor der Dorn-Behandlung	104
Stabilisierung des Ergebnisses nach der Dorn-Behandlung	104
Bandscheibenvorfälle und -vorwölbungen	104
im BWS- und LWS-Bereich	104
Alle Schmerzzustände der LWS	105
Chronische Sympathikotonie und Vegetative Dystonie	105
Unterstützung von geschwächten Patienten	105
Praxis	105
Vorbereitung	105
Durchführung	106
Schmerzprobe	106
Strecken	106
Strecken mittels Zangengriff	106
Einrichten: Schritt 1	107
Einrichten: Schritt 2	109
Seidenpapier auflegen und ausstreichen	111
Handtuch auflegen und „magnetisieren“	112
Breuß-Massage vor oder nach der Dorn-Behandlung?	113
Hinweise zu weiteren Verfahren der Muskellockerung	113
Massage	113
Wärme- und Kälteapplikation	114
Anwendung von Wärme	114
Wärme- und Kälteapplikation bei Schmerzen	115
Behandlung bei Fülle und Leere	115
Praktische Hinweise zur Kälteanwendung	116

Hilfe zur Selbsthilfe

Patientenübungen	119
„Hüftgelenksübung“	119
Selbstbehandlung von Kniegelenk und Sprunggelenk	120
Selbstbehandlung leichter Blockaden der Halswirbelsäule	121
Selbstbehandlung von Blockaden kleiner Gelenke (Handgelenk, Finger, Zehe)	121

Ergonomie im Alltag	122
Wie kann der Patient Wirbelblockaden verhindern?	122
Ersetzen schädlicher Gewohnheiten	123
Überschlagen der Beine	123
Richtiges Sitzen	124
Richtiges Stehen	126
Richtiges Heben	126
Angemessenes Schuhwerk	127
Einseitige Belastungen	127
Richtige Schlafposition	128
Hinweise zu häufigen Aktivitäten	128
Tragen von Aktenkoffern oder Taschen	128
Ziehen von Koffern mit Rollen	128
Tragen von Säuglingen	128
Mausbedienung am Computer	129
Schreibtischarbeit	130
Küchenarbeit	130
Längere Autofahrten	130
Allgemeine Hilfen für die Aneignung neuer Bewegungsmuster	131
Bedeutung der Zielvorstellung	131
Gedankliche Vernetzung	131
Langsames Forschen und Experimentieren	132
Weitere Gedächtnishilfen	132
Konstruktiver Umgang mit dem „Schon wieder falsch!“	133
Argumentationshilfen für die ergonomische	
Einrichtung des Arbeitsplatzes	133
Unterstützende Verfahren: Körperarbeit	135
Feldenkrais	135
Qigong und Taijiquan	137
Alexander-Technik	138
Rolfing	138
Pilates	139
 Wie kommt Bewegung ins Leben williger Sportmuffel?	140
 Anhang	
Dokumentation in der Patientenakte (Kopiervorlage)	147
Übungsanleitungen und Hinweise für Patienten (Kopiervorlage)	149
Wichtige Adressen	152
Bezugsquellen	152
Ausbildungsmöglichkeiten	152
Literatur	153
Sachverzeichnis	155