

## Informationen zur Sanften Manuellen Therapie (SMT)

Die SMT ist eine Ganzheitsmedizin, die auf den folgenden vier Erkenntnissen beruht:

1. einer alten Volksmedizin in Form einer manuellen Behandlung
2. medizinisch-naturwissenschaftlichen Erkenntnissen
3. osteopathischen Erkenntnissen des Zusammenhangs bestimmter Rückenmarks-segmente und deren Einfluss auf genau zu definierende innere Organe und Körperstrukturen
4. traditionell-chinesische Medizin und hier in erster Linie der Meridian- und Funktionslehre

und sich positiv auf alle drei Ebenen des Menschen auswirkt:

1. Muskel- und Skelettsystem
2. innere Organe
3. Psyche / Geist

Als ursachenbehebende Schmerztherapie vermag sie im orthopädischen und neurologischen Bereich (vom Bandscheibenvorfall bis zur Aufhebung von Skoliosen) Erstaunliches zu leisten.

Zentraler Dreh- und Angelpunkt ist die Wirbelsäule. Von ihr gehen alle Nerven aus, die unsere Arme, Beine und auch inneren Organe innervieren. Pro Wirbel verlassen zwei Nervenstränge die Wirbelsäule. Wie die Zweige eines Baumes verästeln sie sich immer weiter und sorgen so dafür, dass alle Teile des Körpers mit dem Gehirn kommunizieren können. Sitzt ein Wirbel nicht korrekt an seinem Platz, kommt es zu sogenannten Blockierungen. Der verrutschte Wirbel behindert die Nervenleitungen, die an dieser Stelle austreten. Das Organ, das an dieser Leitung hängt, ist vom „Funkverkehr“ mit dem Gehirn abgeschnitten und kann nicht mehr hundertprozentig arbeiten. Eine verbogene Wirbelsäule verursacht also nicht nur Rückenschmerzen, sondern kann auch innere Beschwerden auslösen. Nieren-, Magen-, Gallen- und Unterleibserkrankungen können ebenso auf blockierte Wirbel zurückzuführen sein wie Kniegelenksentzündungen oder Ischias.

Die SMT arbeitet an der Korrektur der Fehlstatik von Grund auf, vergleichbar wie die sauber übereinander gebauten Steine eines Hauses. Das heißt von der Reposition des Fußgelenkes über das Knie- und Hüftgelenk, weiter über das Kreuzbeinbeckengelenk bis hin zum ersten Halswirbel.

Die Form der manuellen Behandlung geschieht sehr sanft, da zur Mobilisierung einer Extremität gedehnt werden muss und kein Zug, keine Dehnung noch „Gewalt“ (in Abgrenzung zur Chirotherapie) angewandt wird. Die Reposition (Zurückschiebung) eines Gelenkes oder eines Wirbels geschieht schonend mittels Fingerdruckmassage, bei der nichts verletzt werden kann. Somit kann man mit entsprechender Vorsicht und entsprechender therapeutischer Erfahrung auch Schwangere und Osteoporosepatienten behandeln.

Für einen dauerhaften Erfolg werden im Anschluss, die das Skelett haltenden und formenden Muskelketten über gezielte Übungen neu „eingestellt“, da diese sonst aus

ihrer Gewohnheit heraus die ungesunde Haltung und Statik wiederherstellen. Dieser Ansatz unterstützt die Eigeninitiative, Erkennung von Ursachen und nutzt die körpereigene Intelligenz zu einem langfristigen Erfolg und Wohlbefinden.

Bevorzugte Einsatzbereiche der SMT sind u.a. Migräne, Schwindel, Tinnitus, Traumata (z.B. Schleudertrauma, Stürze), Ischialgien, Schulter-, Arm- und Rückenschmerzen.