

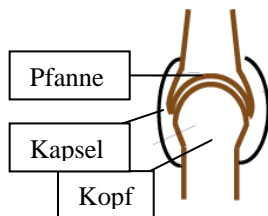
Beschreibung und Erläuterung der Dorntherapie

Die Dorn-Methode dient dazu Fehlstellungen in Gelenken und Wirbeln sanft auszugleichen.

Grundlage der Therapie

Grundannahme der Therapie ist das nichtzentriert Sitzen von Gelenken (Gelenkkopf in Gelenkpfanne), einer so genannten Gelenkblockade.

zentriertes (normales) Gelenk



nicht zentriertes Gelenk



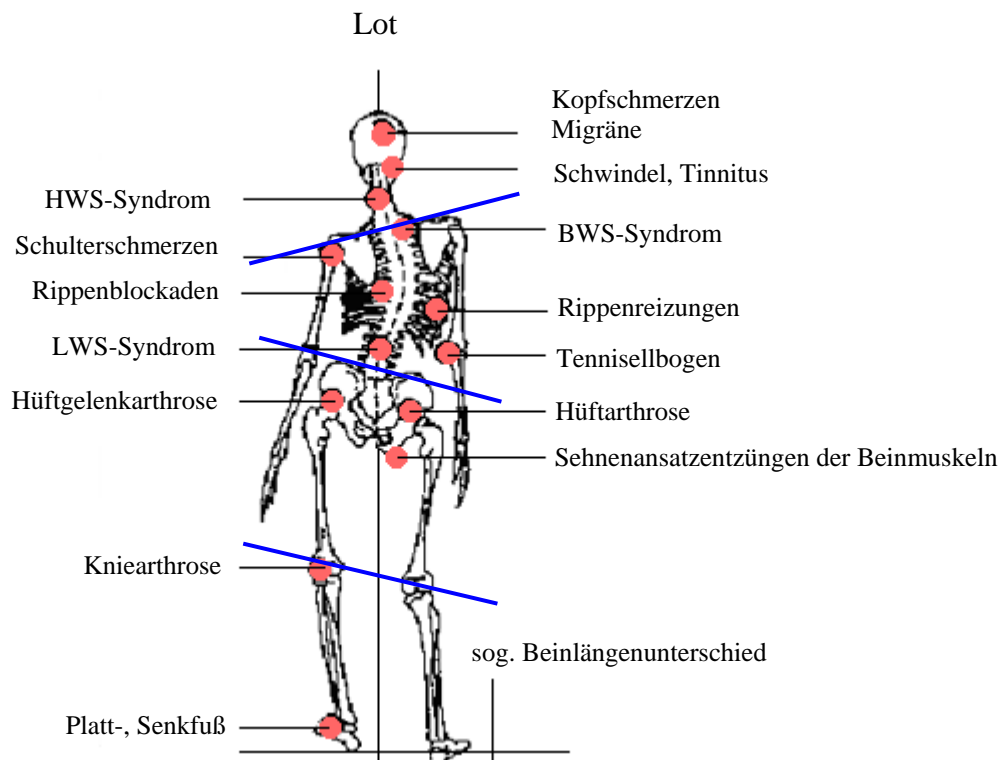
Dies verursacht vor Ort einen erhöhten Druck innerhalb des Gelenkes und damit einen schnelleren Verschleiß an Kapsel, Knorpel, Bändern und Sehnen und führt zu Muskelverspannungen. Bedingt durch die inkorrekte Stellung der Gelenkanteile entsteht im Gelenk ein größerer **Längenunterschied** im Vergleich zum korrekt sitzenden Gelenk.

Dies führt zu einer Schiefelage des Körpers, meist deutlich zu sehen in einem **Beckenschiefstand**, resultierend aus einer Beinlängenunterschied durch hier in einem Bein blockiertem Gelenk (z.B. im Fuß oder Knie).

Da auf dem Becken als Basis stehend die Wirbelsäule ruht, muss sich bei entsprechender Beckenschiefelage die Wirbelsäule entsprechend anpassen und weicht aus ihrem Lot aus und bildet eine **skoliotische Fehlhaltung** aus.

Diese bereitet ihrerseits vielschichtige Probleme über die nun schiefstehenden, **blockierten Wirbel** und ihren zugehörigen **Nervensegmenten** (siehe Tabelle im Anhang).

In der folgenden Zeichnung soll ein grober Überblick über die Folgen einer Schiefstatik gegeben werden.



Behandlungsbeschreibung

In einer schwingenden Bewegung werden durch leichten Druck die verdrehten, nicht korrekt ineinander sitzenden Gelenke/Wirbel, wieder in ihre zentrale Lage unter der aktiven Hilfe der Muskulatur zurückbewegt.

Ausgehend von der Basis werden die Beine in ihrer Länge verglichen.

Wenn ein Gelenkkopf nicht zentral in der Gelenkpfanne ruht (Sprunggelenk, Knie, Hüfte), ergibt dies ein längeres Bein im Vergleich zum anderen.

Die Behandlung erfolgt, indem mittels Druck auf das Gelenk (in Bewegung) der Kopf des Gelenks wieder in die Pfanne zentriert wird.

Mobilisiert wird grundsätzlich von der die Beugung (Ausgangsstellung) zur Streckung hin.

Daraufhin wird die Statik des Beckenstands verglichen und bei Bedarf harmonisiert.

Nun erfolgt die Kontrolle der Wirbel mit entsprechender Deblockierung schmerzhafter Wirbel.

Effekte nach der Behandlung

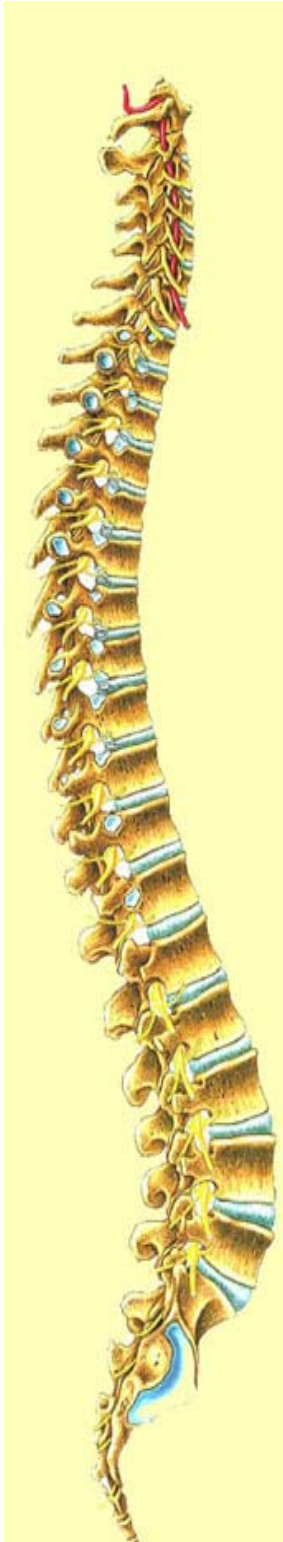
Nach dem Ausgleich von Fehlstellungen ist meist ein Gefühl der Entspannung, Lockerheit im behandelten Bereich zu spüren sowie eine Reduktion eines zuvor bestandenen Schmerzes.

Im Unterschied zu anderen Therapieformen ist die Dorntherapie eine sehr sanfte Methode bei der keine ruckartigen Bewegungen durchgeführt werden und somit das Risiko einer Verletzung (Mikrotrauma) vermieden wird.

Auswirkung auf die Trainierbarkeit des Körpers/ der Muskulatur

Sehr entscheidend für ein gezieltes und wirksames Training ist, ob der Muskel harmonisch angespannt werden kann. Bei Fehlstellungen von Gelenken oder Wirbeln ist dies aber nicht möglich, so daß die Ansteuerung der Muskulatur darunter leidet, Verspannungen die Folge sind und ein Training nicht so erfolgreich ist.

Die Aspekte der korrekten Statik und der Schmerzfreiheit ermöglichen erst ein effektives Training und damit einen ganzheitlichen Ansatz eines medizinischen Gesundheitstrainings.



Wirbelfehlstellungen und ihre möglichen Auswirkungen

C1	Kopfschmerzen, Bluthochdruck, Migräne, Gedächtnisschwund, chron. Müdigkeit Schwindel, halbseitige Lähmungen durch ungleichmäßige Durchblutungen der Gehirnhälften
C2	Taubheit, Ohrenscherzen, Nebenhöhlenbeschwerden, Augenleiden
C3	Gesichtsnervenschmerz, Pickel, Akne, Ohrensausen, Zahnschmerzen, schlechte Zähne, Karies, Zahnbluten, Neuralgie, Tinnitus
C4	Dauerschnupfen, Hörverlust, aufgeplatzte Lippen verkrampfte Lippenmuskeln, Polypen, Katarrh
C5	Kehlkopfentzündung, Heiserkeit, Halsschmerzen, chron. Erkältung
C6	Mandelentzündung, Krupp, Steifer Genick Oberarmschmerzen, Keuchhusten, Kropf
C7	Schilddrüsenerkrankung, Erkältungen, Kropf, Schleimbeutel-Erkrankungen in der Schulter, Depressionen, Ängste
TH1	Schulterschmerzen, Nackenverspannung, Schmerzen in Unterarm und Hand, Sehnenscheidenentzündung im Unterarm, Tennisarm, pelziges Gefühl in den Fingern
TH2	Herzbeschwerden, Rhythmusstörungen, Ängste, Schmerzen im Brustbein
TH3	Rippenfellentzündung, Lungenentzündung, Bronchitis, Grippe, Asthma
TH4	Gallenleiden, Gallensteine, Gelbsucht, seitliche Kopfschmerzen,
TH5	Leberstörungen, niedriger Blutdruck, Blutarmut, Müdigkeit, Gürtelrose, Kreislaufschwäche, Arthritis
TH6	Magenbeschwerden, Verdauungsstörungen, Sodbrennen, Diabetes
TH7	Zwölffingerdarm-Geschwüre, Magenbeschwerden, Schluckauf, Störungen des Wirbels über längere Zeit: Vitaminmangel, Schwächegefühl
TH8	Milz-Probleme, Abwehrschwäche
TH9	Allergien Nesselausschläge)
TH10	Nierenprobleme, Salz kann nicht raus, Arterienverkalkung, chronische Müdigkeit
TH11	Hauterkrankungen wie Akne, Pickel, Furunkel, Ekzeme, raue Haut, Schuppenflechte (viel trinken)
TH12	Dünndarmprobleme, Blähungen, Rheuma, Wachstumsstörungen
L 1	Dickdarmlstörungen, Darmdurchblutungen, Verstopfung, Durchfall, Darmträgheit
L 2	Krämpfe im Bauch, Überquerung, Blinddarmprobleme, Krampfadern
L 3	Schwangerschaftsstörungen, Menstruationsbeschwerden, Wechseljahrprobleme, Blasenleiden, Knieschmerzen - häufig mit der Blase zusammen, Impotenz, Bettnässen
L 4	Hexenschuss, Ischias, Prostatastörungen, schmerzhaftes oder häufiges Harnlassen
L 5	Durchblutungsstörungen der Unterschenkel und Füße, kalte Füße, Wadenkrämpfe, Schwellungen der Beine und Füße
Kreuzbein	Ischias, Unterleibprobleme, chronische Verstopfung, Schmerzen in Beine und Füßen
Steißbein	Hämorrhoiden, Afterjucken, Schmerzen beim Sitzen