

Kopfwere ohne Tabletten bekämpfen

Osteopathie kann Schmerzen lindern – Ursache liegt oft in ganz anderen Körperbereichen

HEILIGENSTEDTEN Die Schläfen pochen, der Schädel brummt, jede Bewegung schmerzt – schnell eine Tablette schlucken, wird schon wieder. Kopfschmerzen sind längst zur Volkskrankheit geworden, gehören für viele Menschen beinahe zum Alltag, die regelmäßige Aspirin ist schon so normal, dass der hohe Tablettenpegel kaum noch bemerkt wird.

Auch die Patienten, die in der Praxis von Heike Pickert Rat suchen, kommen oft wegen anderer Themen. Der Kopfschmerz werde manchmal nur noch am Rande erwähnt, „weil er schon so zum Leben gehört“, weiß die Heilpraktikerin und Osteopathin. Doch sie weiß auch: „Wenn jemand Kopfschmerzen hat, hat er auch einen Grund, Kopfschmerzen zu haben.“ Die Ursache werde oft nur ganz woanders gesucht, als dort, wo sie eigentlich liegt. Wer ahnt schon, dass vielleicht die Galle schuld sein könnte, wenn der Kopf schmerzt?

Heike Pickert hört und schaut deshalb genau hin: Wie lange gibt es den Schmerz schon? Wo genau sitzt er? Kommt er immer zu bestimmten Zeiten? Ist es im Sitzen schlimmer oder im Stehen? „Ich schaue mir den Menschen osteopathisch an“, sagt sie. Die Lage der Organe und wie jemand geht oder steht, könne eine zentrale Rolle spielen. Das werde gerade bei Kindern oft unterschätzt, die auch zunehmend an Kopfschmerzen leiden. „Wenn ein Kind zum Beispiel über den großen Zeh läuft, entsteht automatisch eine Spannung im



„Wenn jemand Kopfschmerzen hat, hat er auch einen Grund, Kopfschmerzen zu haben.“

Heike Pickert
Heilpraktikerin und Osteopathin

Körper“, erklärt die Osteopathin. Und jede Fehlstellung oder Verspannung werde kompensiert, zum Beispiel durch eine Schonhaltung, die dann wiederum zu neuen Spannungen führt. „Und diese Spannungen müssen irgendwo bleiben, oft entladen sie sich im Kopfschmerz.“ Auch Operationen oder kieferorthopä-



Volkskrankheit Kopfschmerz: Für viele Menschen gehören die Beschwerden und ein hoher Tablettenpegel längst zum Alltag. DPA

dische Behandlungen spielen eine Rolle. Der zunehmende Stress, dem Menschen in der heutigen Gesellschaft ausgesetzt sind, tut ein Übriges. Und bei Kindern auch die Art der Geburt. „Das ist der Punkt, an dem alles anfängt“, sagt Heike Pickert. Ob Kaiserschnitt oder Saugglocke – die Folgen machen sich bemerkbar.

Spürt Heike Pickert bei der osteopathischen Behandlung eine Blockade, löst sie diese auf. „Wenn es sich löst, hat man auch gleich ein anderes Körpergefühl“, weiß die Heilpraktikerin. Unterstützt wird die Behandlung bei Bedarf durch den Einsatz von Schüsslersalzen. Gerade die craniale Therapie, eine besonders sanfte Form der Osteopathie, führe zudem auch zur Entspannung des Geistes, erklärt Heike Pickert. Und das bringe mehr Gelassenheit mit sich: „Die Problematik ist noch da, aber man geht anders damit um.“

Auch ein anderer Aspekt sei bei Kopfschmerzen nicht zu unterschätzen: das

Trinken. „Es gibt auch Nierenkopfschmerz“, erklärt die Heilpraktikerin. „Der Körper braucht genügend Flüssigkeit, um über die Nieren ausscheiden zu können.“ Deshalb sei es auch gefährlich, wenn mit Entschlackungstees oder Fastenkuren laienhaft entgiftet werde.

Doch nicht das Trinken alleine ist der Schlüssel zum Erfolg. „Es ist auch wichtig, das Richtige zu trinken.“ Heike Pickert setzt auf Leitungswasser, das zusätzlich gestärkt werden könne, etwa durch Edelsteine. Wasser mit Kohlensäure dagegen empfiehlt Heike Pickert nicht, weil es den Körper übersäuert.

Wird die Heilpraktikerin bei den Erzählungen der Betroffenen stutzig oder es beschleicht sie ein „komisches Gefühl“, schickt sie die Patienten zum Facharzt, um die Ursache zum Beispiel neurologisch abzuklären. Doch in der Regel seien Kopfschmerzen osteopathisch sehr gut in den Griff zu bekommen. Wird die entsprechende Blockade

gelöst, kommt alles in den Fluss. Das Prinzip dahinter umschreibt Heike Pickert mit einem Bild: Sie vergleicht den Menschen mit einer bauchigen Flasche mit engem, langem Hals. „Wenn in den Menschen etwas rein soll, aber der Hals verstopft ist, dann kann nichts weiter fließen, dann kann ich die Flasche nicht befüllen. Sie läuft oben über – und das ist der Kopfschmerz.“ *Katrin Götz*

OSTEOPATHIE HÄNDE HEILEN

Leben zeigt sich in Form von Bewegung – das ist der Grundsatz der Osteopathie. Dort, wo Bewegung verhindert wird, macht sich Krankheit breit. Die Osteopathie hilft, Bewegungseinschränkungen aufzuspüren und zu lösen. Am Anfang der Behandlung steht eine ausführliche Anamnese. Diagnose und Therapie erfolgen danach ausschließlich mit den Händen. Der Osteopath kann das menschliche Gewebe Schicht für Schicht ertasten. So spürt er Blockaden und Spannungen auf.