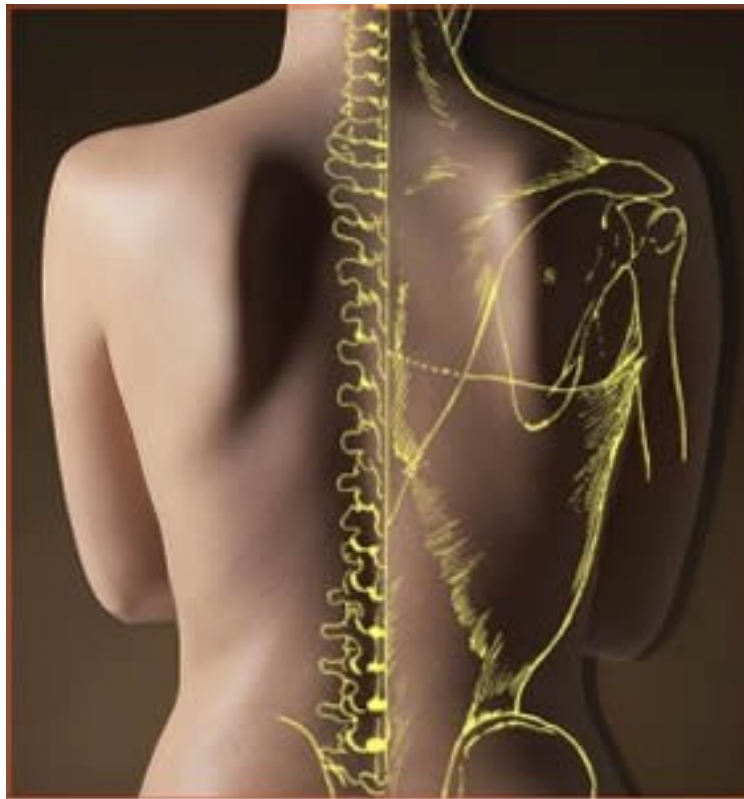


Praxis für Chiropraktik und Osteopathie

Nora Heidborn, Hamburg



Willkommen in der gesunden Welt der Chiropraktik.
Diese Broschüre wird Sie darüber informieren,
was wir als Chiropraktiker tun.

Eidelstedter Weg 22 • 20255 Hamburg

Telefon 0159-03891094

<https://noraheidborn.de/>

Was ist Chiropraktik?

Die Internationale Chiropraktik Vereinigung (International Chiropractic Association) definiert Chiropraktik wie folgt:

“Die Philosophie der Chiropraktik basiert auf der Prämisse, dass Erkrankungen oder Dysfunktionen durch die Beeinträchtigung der Nervenübertragung und -erregbarkeit hervorgerufen werden, bedingt durch Druck, Spannung oder Dehnung des Rückenmarks oder der Spinalnerven als Folge einer Abweichung der Wirbelkörper aus ihrer normalen Stellung zueinander. Die Praxis der Chiropraktik besteht in der Analyse einer Störung der normalen Nervenleitung und -erregung und in der Korrektur dieser, durch manuelle Einstellungen der Abweichungen der knöchernen Gelenkverbindungen der Wirbelsäule zur Wiederherstellung und Aufrechterhaltung der Gesundheit, ohne den Einsatz von Medikamenten oder Operationen.“

Wenn ein Spermium eine Eizelle befruchtet und die Zellen miteinander verschmelzen, wird ein genetischer Plan erstellt, der die Farbe Ihrer Augen und Millionen anderer Details über Sie bestimmt.

Die erste Aufgabe ist das Wachstum zu kontrollieren und zu organisieren. Die ersten Gewebe, die gebildet wurden, war das Nervensystem - bestehend aus dem Gehirn, dem Rückenmark sowie alle Nerven ihres Körpers.

Heute kontrolliert das Nervensystem die Funktion jeder Zelle, jedes Gewebes, Organs und Systems Ihres Körpers. Das Gehirn ist geschützt durch die Schädelknochen. Der lebenswichtige Kommunikationsweg des Rückenmarks ist verwundbar. Aus diesem Grund ist er abgedeckt von 24 beweglichen Knochen, der Wirbelsäule.

Jeweils paarweise zweigen die Nervenwurzeln vom Rückenmark ab, treten durch die Zwischenwirbellöcher aus und verlaufen zu den Organen & Geweben, die sie steuern und regulieren.

Aufgrund der Struktur - d.h. wie die Wirbelsäule aufgebaut ist - kann die unphysiologische Beweglichkeit oder Fehlstellung eines Wirbelkörpers die empfindlichen Nerven reizen oder einklemmen. Dies kann zu Fehlfunktionen und zahlreichen Symptomen, u.a. Schmerzen, führen.

Ein Trauma, das bereits durch den Geburtsprozess entstehen kann, ist oft die erste Ursache von Nervensystemstörungen. Autounfälle, Stress, schlechte Ernährung, langes Sitzen und viele andere tägliche Aktivitäten können die Wirbelkörper aus ihrer normalen Position und Bewegung bringen.

Ohne eine normale Nervenversorgung sind die entsprechenden Organe und Gewebe anfälliger für Krankheiten. Kopfschmerzen und Rückenschmerzen können vielfach auf die Fehlfunktion des Nervensystems zurückgeführt werden.

Ärzte der Chiropraktik sind Spezialisten in der Lokalisierung, Reduzierung & Beseitigung als auch der Vorbeugung von derartigen Nervenreizungen.

Nach Abschluss ihres Universitäts-Studiums müssen Ärzte der Chiropraktik in den USA eine Facharztprüfung bestehen (National Board Examination) sowie strenge Lizenzanforderungen erfüllen.

Um die Ursache Ihres Gesundheitsproblems festzustellen, untersuchen die Ärzte der Chiropraktik eingehend Ihre Wirbelsäule. Ergänzend zur chiropraktischen Betreuung wird ihr Chiropraktiker Ihnen Empfehlungen für den Alltag geben.



Ein Chiropraktiker nutzt sorgfältig dosierten & kontrollierten Druck, um die Wirbelkörper wieder in die richtige Position zu bringen, und somit die Nervenstörung zu mindern. Diese Maßnahme nennt man „Justierung“. Es gibt unzählige verschiedene Handgriffe und Techniken in der Chiropraktik. Die chiropraktische Betreuung ist statistisch sicherer als Operationen, Muskelrelaxantien oder Medikamente! Sogar Neugeborene erhalten chiropraktische Betreuung.

Weltweit gibt es über 1.000 Chiropraktiker, die sich auf dem Gebiet der Pädiatrie spezialisiert haben. Sie unterrichten & lehren andere Kollegen auf diesem Gebiet.

Egal welchen Arzt oder Fachmann Sie für ihre Gesundheit konsultieren, nur der Körper kann heilen, nicht der Arzt. Chiropraktik beseitigt Störungen und Reizungen, und fördert so die angeborene Selbstheilungskraft Ihres Körpers. Chiropraktik ergibt Sinn. Sie ist wissenschaftlich begründet. Sie wird von akademisch ausgebildeten, hoch qualifizierten Ärzten durchgeführt. Sie ist sicher. Sie ist der Natur entsprechend. Sie ist gerichtet auf die Korrektur der wesentlichen Ursachen Ihres Problems.

Und das wichtigste: Chiropraktik wirkt!

Was fehlt Ihnen?

Der Hirnstamm und das Rückenmark sind die wichtigsten Wege der Nervenimpulse vom und zum Gehirn. Die Nachrichten, die über diese Nerven transportiert werden, kontrollieren die Gesundheit und Vitalität jeder anderen Zelle, des Gewebes sowie jedes Organs und Systems des Körpers. Ein intaktes Nervengewebe ist die Grundvoraussetzung für alle Körperfunktionen, deshalb ist der größte Teil durch Knochen geschützt. Das Gehirn ist vom Schädel umhüllt und das Rückenmark ist durch die 24 beweglichen Wirbelkörper der Wirbelsäule geschützt. Viele alltägliche Dinge können dazu beitragen, dass diese Knochen ihre normale Beweglichkeit verlieren oder sich verschieben. Dies führt dann zu einer Kettenreaktion, die die Wirbel, Nerven, Muskeln und das Gewebe beeinträchtigt. Das Endresultat können dann schmerzhaft Funktionsstörungen und Veränderungen des gesamten Körpers sein. Ärzte nennen dies den Vertebral Subluxation Complex (VSC). Der Vertebral Subluxation Complex beschreibt nicht nur den Einfluss der Wirbelsäule auf Ihre gesamte Gesundheit, sondern er erklärt auch, warum einige Zeit benötigt wird, um die optimale Gesundheit wiederherzustellen. Der VSC ist die tieferliegende Ursache vieler gesundheitlicher Probleme und kann an den folgenden fünf Komponenten erkannt werden. Diese fünf Komponenten des VSC treten simultan auf wie Noten in der Musik.

Komponente (1): Anormale Beweglichkeit oder Fehlstellung der Wirbel (Spinal Kinesiopathologie)

Die einzelnen Wirbelkörper der Wirbelsäule sind so konstruiert, dass sie beweglich sind und gleichzeitig das Rückenmark und die Nervenwurzeln schützen. Aber manchmal sind diese Wirbelkörper blockiert, so dass sie sich nicht mehr genug oder zu viel bewegen.

Dies kann durch ein physisches Trauma (wiederholte Bewegungen, Autounfälle, Stürze oder ähnliches), durch emotionalen Stress (Ängste, Sorgen, negative Gedanken) oder chemische Ungleichgewichte (Alkohol, Drogen, Gifte oder Verschmutzung) verursacht werden.

Wenn die Gelenke der Wirbelkörper blockiert und nicht mehr beweglich genug sind, zwingen sie andere Gelenke, sich zu viel zu bewegen. Diese Probleme können die normale Wirbelsäulenkrümmung verzerren und somit die korrekte Funktionalität der Nerven beeinträchtigen.

In einigen Fällen können Probleme in einem Teilbereich der Wirbelsäule Kompensationsreaktionen in ganz anderen Teilen des Körpers verursachen. Ärzte können diesen Aspekt des VSC durch eine Untersuchung Ihrer Körperhaltung, durch Röntgenaufnahmen, durch eine Messung Ihrer Fähigkeit sich zu drehen und beugen sowie durch verschiedene andere Tests feststellen. Spinal Kinesiopathologie kann die anderen vier Komponenten des VSC verursachen.

Komponente (2): Anormale Funktion des Nervensystems (Neuropathophysiologie)

Durch die Art und Weise, wie die Wirbelsäule aufgebaut ist, kann eine anormale Stellung der Wirbelkörper das empfindliche Gewebe des Rückenmarks und der Nervenwurzeln irritieren oder quetschen.

Obwohl ein gequetschter oder irritierter Nerv häufig direkt auf Wirbelsäulenprobleme zurückgeführt wird, ist dies tatsächlich selten der Fall. Forscher nehmen an, dass nur 10% bis 15% der Fälle der gesundheitlichen Probleme, die mit einer Fehlstellung der Wirbelsäule zusammenhängen, durch direkten Druck des Knochens auf das Nervengewebe verursacht werden.

Ein irritierter Nerv kann sich durch Brennen, Taubheitsgefühl oder dem Gefühl von "Nadelstichen" äußern. Häufiger entstehen irritierte Nerven durch eine nicht korrekte Funktionalität der Wirbelsäule. Dies wird dadurch verursacht, dass das Nervengewebe verdreht, gestreckt oder durch Funktionsstörungen der Wirbelkörper oder einer Fehlstellung der Wirbelsäule irritiert wird.

Eine Beeinträchtigung des Nervensystems beeinflusst das Gewebe, die Organe sowie alle anderen Systeme des Körpers, so dass die Empfänglichkeit für Krankheiten gesteigert wird.

Die Muskeln, die die Wirbelsäule stützen, sind dabei auch betroffen.

Komponente (3): Anormale Funktion der Muskeln (Myopathologie)

Wenn die Funktion der Muskulatur durch zu viel oder zu wenig Unterstützung der Nerven beeinträchtigt wird, reagieren die Muskeln, die die Wirbelsäule stützen, in verschiedener Weise.

Wenn die Nervenimpulse verringert werden, kann die Muskulatur, welche Wirbelsäule stützt, geschwächt werden oder schwinden.

Wird die Muskulatur durch eine Irritation der Nerven überstimuliert, kann sie sich verspannen und verkrampfen.

In extremen Fällen kann fibrotisches Narbengewebe diese Muskeln verformen und ihre Elastizität verändern. Diese Schädigung der Muskulatur, die die Wirbelsäule stützt, ist der Grund, warum eine Justierung nicht dauerhaft zu halten scheint und wiederholte korrigierende Eingriffe notwendig sind. Des Weiteren erklärt es, warum langjährige Wirbelsäulenprobleme so schwierig und zeitaufwendig zu korrigieren sind. Ohne richtige Rehabilitation erleiden viele Patienten einen Rückfall.

Komponente (4): Anormale Funktion der Weichteile (Histopathologie)

Im Falle einer Funktionsstörung der Wirbelsäulengelenke, werden die Bandscheiben, die Bänder und andere verbindende Gewebe ebenfalls beeinträchtigt.

Ein Bandscheibenvorfall ist nichts anderes als eine Verschiebung, Zurückbildung oder Anschwellung des weichen Materials der Bandscheibe.

Bänder und andere verbindende Gewebe in der Umgebung der Funktionsstörung der Wirbelsäulengelenke sind häufig betroffen. Entzündungen und Schwellungen begleiten die Ansammlung von Blut und Lymphflüssigkeit, wodurch ein Anstieg der Körpertemperatur verursacht wird.

Im Gegensatz zu den meisten anderen Geweben des Körpers, sind Bandscheiben und Bänder nur wenig durchblutet. Bedingt dadurch ist der Heilungsprozess der Weichteile sehr langsam und zeitaufwendig.

Tatsächlich erfordert eine vollständige Heilung eine Weiterführung der Behandlung auch nach dem Abklingen der offensichtlichen Symptome.

Wie ein Ballon können Bandscheiben anschwellen, sich verschieben oder zurückbilden und so Druck auf umliegende Nerven ausüben.

Komponente (5): Funktionsstörung der Wirbelsäule und des Körpers (Pathophysiology)

Im Fall einer Funktionsstörung eines Gelenks oder eines Gelenktraumas, reagiert der Körper mit der Stabilisierung der Umgebung durch die Neubildung eines Knochens!

Mit der Zeit bauen sich Kalziumdepots in Form von Knochenstangen und anderem anormalem Knochenwachstum auf. Dieses arthritische "Schienen" der umliegenden Knochen ist der Versuch der Natur, das funktionsgestörte Gelenk zu stabilisieren. Wird dieser Vorgang zu lange ignoriert, kann der Körper ein ehemals bewegliches Gelenk in einen starren "Block" Kalzium verwandeln.

Im ganzen Körper können degenerative Veränderungen in anderen Organen und Systemen beobachtet werden. Viele gesundheitliche Probleme, die man normalerweise nicht auf Rückenprobleme zurückführt, können häufig bis zu Funktionsstörungen des Nervensystems in Verbindung mit der Wirbelsäule zurückverfolgt werden.

Obwohl diese Erscheinung häufig im Alter auftritt, gehört dies nicht zum normalen Alterungsprozess. Diese Art von Wirbelsäulenzerschlus ist das Ergebnis von lange ignorierten Wirbelsäulenproblemen, die nicht behandelt wurden.

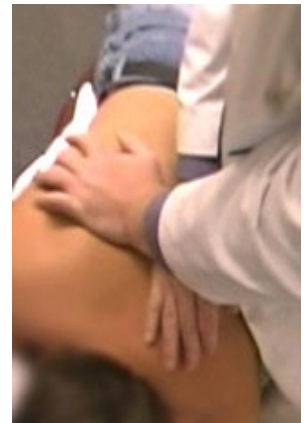
Immer mehr Forscher bestätigen die weitreichenden Auswirkungen einer anormalen Wirbelsäulenfunktion. Jeden Tag lernen wir mehr über die Folgen und Auswirkungen dieser fünf Komponenten.

Aufgrund der Kompliziertheit und Komplexität des Nervensystems wurde und wird verstärkt in den Bereichen der Reaktion des Immunsystems, des Alterungsprozesses, des Einflusses von Hormonen und genetischen Konsequenzen geforscht.

Genau genommen, ist der Vertebral Subluxation Complex (VSC) demnach wohl eine der meist verbreiteten, bisher übersehenen Ursachen gesundheitlicher Probleme.

Die Entdeckung, Behandlung und Verminderung sowie die Prävention des VSC ist das einzigartige Arbeitsfeld der Chiropraktiker. Wenn Sie den Verdacht haben, dass jemand, den Sie kennen, eventuell am VSC leiden könnte, dann empfehlen Sie uns. Wir danken Ihnen für Ihre Fürsorge hinsichtlich der Gesundheit Ihrer Familie und Freunde!

Jeder von uns ist in verschiedenen Bereichen von erfahrenen Fachleuten abhängig. Wir gehen zu den gut ausgebildeten Fachkräften, nicht zu den Ignoranten. Indem Sie anderen Menschen von der Chiropraktik berichten, bieten Sie ihnen Hoffnung, eine neue Richtung und Ermutigung. Dieses sind die Qualitäten, die die besten Ärzte nutzen, um den Heilungsprozess zu begleiten und zu fördern. Zusammen sind wir ein großartiges Team. Aus diesem Grund zählen wir darauf, dass Sie andere über die Chiropraktik unterrichten. Teilen Sie Ihre Erfahrungen mit anderen, so dass wir auch anderen helfen können!



Chiropractic Research: Conditions & Supporting research

ADD/ADHD: Results of 2 separate studies reveal that hyperactivity, and other behavioral conditions respond well to chiropractic care and even exceed results seen from medication.

Walton EV. *The effects of chiropractic treatment on students with learning and behavioral impairments due to neurological dysfunction.* *Int. Rev Chiro* 1975; 29;4-5, 24-6

Giesen JM; Center DB; Leach RA; *An evaluation of chiropractic manipulation as a treatment of hyperactivity in children.* *J Manipulative Physiol Ther* 1989; 12(5): 353-63/Medline ID: 90111454

ASTHMA: 76.5% of patients with bronchial asthma said they benefited from chiropractic care. Peak flow rate and vital capacity increased after the third adjustment.

Hviid C; *A comparison of the effect of chiropractic care on respiratory function in patient's with respiratory distress symptoms and patients without.* *Bull Eur Chiro Union* 1978; Manis ID: 3222

Among Parents of asthmatic children who had received chiropractic care, 92% considered this type of care beneficial. Alternative treatment was more frequent among children from higher social classes. A tendency was observed toward less satisfaction with medical treatment, information and general guidance concerning the illness among families who sought alternative treatment.

Vange B; *Contact between preschool children with chronic diseases and the authorized health services and forms of alternative therapy.* *Ugeskr Laeger* 1989; 151(28): 1815-8/Medline ID: 89369847

ATLANTO-OCCIPITAL SUBLUXATION: Most atlanto-axial subluxations due to congenital anomalies occur anteriorly. Anterior subluxation of the atlas may cause such symptoms as: Headaches, neck pain, transient paresis, ataxia, intermittent asyncope, cerebral palsy and transient parathesia's in the extremities.

Dawson EG; Smith L; *Atlanto-axial subluxation in children due to vertebral anomalies.* *J Bone Joint Surg (Am)* 1979; 61(4): 582-7/Medline ID: 79173283

AUTISM: In a case study, 50% of the subjects receiving chiropractic experienced reliable behavioral improvements, as recorded by independent observers. Those working with autistic children report that any change in behavior in an autistic child is considered to be significant. Behavioral improvements were observed in such diverse areas as picking up toys, use of sign language, reduction of self-abuse and appropriate use of language.

Sandefur R, Adams E; *The effects of chiropractic adjustments on the behavior of autistic children: a case review* *J Am Chir Assoc.* 1987; Dec.: 21-5/Mantis ID: 7660

BIRTHING INJURIES: Spinal Cord and brainstem injuries often occur during the process of birth, but frequently escape diagnosis. Respiratory depression in the neonate is a cardinal signal of much injury. In infants there may be lasting neurological defects reflecting the primary injury.

Towbin A; *Latent spinal cord and brain stem injury in new born infants.* *Develop Med Child Neurology* 1969; 11:54-68/Medline ID: 69208820

There exist a positive relationship between cranial motion restrictions and learning disabled children, as well as children with a history of an obstetrically complicated delivery.

Upledger JE, *The relationship of craniosacral examination findings in grade school children with developmental problems.* *J Am Oste Assoc.* 1978; 77(10): 760-76/Medline ID: 78193624

CEREBRAL PALSY: With chiropractic care, there is overall decrease in muscle activity at all levels and balance improved with eyes closed.

Collins, KF et al: *The efficacy of upper cervical chiropractic care on children and adults with cerebral Palsy: a preliminary report.* *Chiropractic Pediatrics* 1994; 1(1): 13-15

In patients with cerebral palsy, upper cervical adjustments have repeatedly obtained unexpected benefits, such as decreased spasticity and marked improvement in motor control. Stimulation of C2, C3, and C4 offers the best overall chance of improvement.

J.M. Waltz, MD; *Director Department of Neurological Surgery, St Barnabas Hospital, New York; Spinal chord stimulation for palsies.* *Patient care* 1979; 13:118-206

DYSMENORRHEA: Of those who received chiropractic adjustments, 88% reported reduced pain during their menstrual period, while none of the control, or sham, group did. Spinal adjustments may be an effective and safe non pharmaceutical alternative for relieving the pain and distress of dysmenorrhea.

Kokjohn K; Schmid DM; Troiano JJ; Brennan PC; *The effect of spinal adjustments on pain and prostaglandin levels in women with primary dysmenorrhea.* *J Manipulative Physiol Ther* 1992; 15(5): 279/Medline ID: 92308764

HYPERTENSION: Systolic and diastolic blood pressure decreased significantly in the patients who received adjustments, no significant changes occurred in placebo or control groups. Results provide support for the hypothesis that blood pressure is reduced following adjustments.

Yates RG; Lamping DL; *Effects of chiropractic treatment on blood pressure and anxiety: a randomized, controlled trial.* *J Manip Physio Ther* 1988; 11(6): 484/Medline ID: 89310303

INFANTILE COLIC: In a study of 316 children a satisfactory result occurred within 2 weeks in 94% of the cases receiving chiropractic care. 51% of these infants had prior, unsuccessful drug treatment.

Klougart N, Nilsson N, *Infantile colic treated by chiropractors: a prospective study of 316 cases.* *J Manipulative Physio Ther* 1989; 12(4): 281-8/Medline ID: 89361049

In a study of 132 infant's with colic, 91% of the parents reported an improvement, which occurred after an average of two to three adjustments, and one week after the treatment started.

Nilsson N; *Infant colic and chiropractic.* *Euro J Chir* 1985; 33(4) 264-265/Mantis ID: 12365

OTITIS MEDIA: 93% of all episodes treated with chiropractic care improved, 75% in 10 days or less, and 43% with only one or two adjustments. This study's data indicates that limitation of medical intervention and the addition of chiropractic care may decrease the symptoms of ear infections in young children.

Froehle RM; *Ear infection: a retrospective study examining improvement from chiropractic care and analyzing for influencing factors.* *J Manilative Physiol Ther* 1996; 19(3): 169-77/Medline ID: 96294956

Two hundred pediatricians and two hundred chiropractors that were selected were surveyed to determine what, if any, differences were to be found in the health status of their respective children as raised under the different health care models. The 'chiropractic' children showed a 69% otitis media free response, while the 'medical' children only had a 20% otitis media free response.

van Breda WM and van Breda JM; *A comparative study of the health status of children raised under the health care models of chiropractic and allopathic medicine.* *J Chiro Res* 1989; 5:101-3/Mantis ID: 10048



„Die Struktur Ihrer Wirbelsäule
bestimmt die Länge und Qualität Ihres Lebens.“

Journal *Spine* (Volume 30 [21], November 1, 2005 pp. 2388-2392) Kentaro Shimizu, MD; Masaya Nakamura, MD; Yuji Nishikawa, MD; Sadahisa Hijikata, MD; Kazuhiro Chiba, MD; and Yoshiaki Toyama, MD.