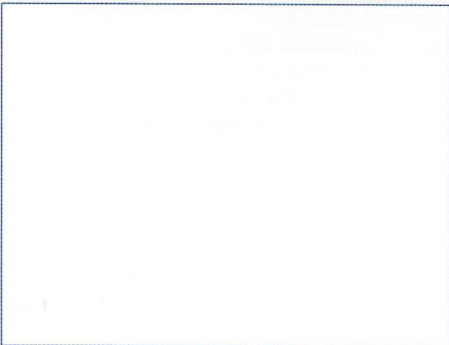


Für Durchblutung sorgen – Die Behandlung von Arterien

Dr. med. Roger Seider, D.O., DAOM, Hamm

Praxisstempel



Blut ist ein ganz besonderer Saft – dies sagt Mephistopheles in Goethes Faust I. Aus medizinischer Sicht kann man das nur unterstreichen: Blut durchströmt, nährt, reinigt, wärmt und entgiftet fast alle Gewebe des Körpers. Es sorgt für Kommunikation über den Transport von Hormonen, regelt den Auf- und Abbau von Geweben und ist Teil der Verteidigungsstrategie des Körpers gegen krankmachende Angriffe von außen. Leben ohne Blut ist undenkbar, und deshalb entsteht es schon sehr früh bei der Entwicklung eines Embryos, wenige Tage nach der Befruchtung der Eizelle.

Das Blut kann seiner Aufgabe im Körper allerdings nur dann nachkommen, wenn sein Transportsystem gut funktioniert. Arterien, Venen und Lymphgefäße stellen zusammen mit dem Herzen durch einen Kreislauf sicher, dass jedes Körperteil genügend Blut erhält. Wenn diese Gefäße durch ungewöhnlich hohen Druck der Nachbargewebe oder durch Schädigung der Gefäßwände nicht mehr ausreichend Blut transportieren können, kommt es leicht zu einem Missverhältnis zwischen der notwendigen Durchblutung eines Organs und der Menge, die tatsächlich geliefert wird. Ist das arterielle System eingeschränkt, so resultiert eine Minderdurchblutung von Geweben. Andererseits folgt aus Problemen der Venen oder Lymphgefäße ein Flüssigkeitsstau im Gewebe, da das Blut nicht mehr rich-

tig zum Herzen zurück zirkulieren kann. Die gestaute Flüssigkeit drängt die Zellen des Gewebes auseinander. Dadurch werden die Diffusionsstrecken für Sauerstoff, Nahrungspartikel, Schlackenstoffe und Mineralien länger und die Vitalität kann Schaden nehmen.

Arterien in der Osteopathie

Der amerikanische Arzt und Begründer der Osteopathie Andrew Taylor Still hat deshalb die Behandlung der Arterien zum obersten Prinzip erhoben. Arterien bestehen im Wesentlichen aus elastischem Bindegewebe und glatten Muskelzellen, also Strukturen, die zu mehr oder weniger ausgeprägten Verspannungen neigen können. Dieser Effekt, der krampfartigen Verspannung von Gefäßen, ist den Ärzten wohl bekannt, die regelmäßig Herzkatheteruntersuchungen durchführen. Arterien bilden ein engmaschiges Geflecht im Körper. Jede Schlagader ist mit der Gesamtheit mechanisch verbunden. Eine Verkrampfung in einer Arterie betrifft also letztendlich immer das gesamte System. Auf eine osteopathische Behandlung reagieren Arterien wie andere Gewebe, die aus Bindegewebe und Muskulatur bestehen, mit einer anhaltenden Entspannung.

Bluthochdruck oder Herzbeschwerden können zwar auf ein Problem in den Arterien hinweisen, in der Regel werden die Beschwerden jedoch eher uncharakteristisch sein. Meist lassen sich die betroffenen Organe nicht mehr so gut bewegen oder sind verzogen. Für Betroffene ist es also meist schwierig einen Hinweis auf dieses Problem zu bekommen.

Das rhythmische Klopfen der Arterien bietet Osteopathen eine Orientierungshilfe, um sie in den Geweben aufzufinden. Will man also wissen, ob die blutzuführenden

Gefäße eines Organs spannungsfrei arbeiten können, so prüft man in ihrem Verlauf die Elastizität. Die Behandlung von Arterien sollte natürlich Erfahrenen vorbehalten bleiben, da ungeübtes Hantieren den Gefäßen Schaden zufügen kann, wie auch den Organen, die durch sie versorgt werden.

Hausrezepte

Laien, die selbst etwas für die gute Funktion ihrer Arterien tun wollen, können zwei „Rohrputzer“-Rezepte aus der Naturheilkunde empfohlen werden:

- ▶ 100 g getrocknete Heidelbeeren (z. B. aus der Apotheke) am Vortag einweichen. Am Tag selbst aufkochen, bis sie weich sind. In einen Brei einrühren, der weder Milch noch glutenhaltiges Getreide enthält wie z. B. Hirse (separat gekocht) und/oder Bananen. Über drei Wochen täglich einnehmen. *Hinweis:* 100 g Heidelbeeren sind nicht leicht zu bewältigen!
- ▶ Etwa 30 geschälte Knoblauchzehen und 5 klein geschnittene, ungeschälte Natur Zitronen (unbehandelt) im Mixer zerkleinern, mit 1 Liter Wasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Aufwallen lassen, abseien und in eine Flasche abfüllen. Kalt aufbewahren und täglich 1 Schnapsglas vor der Hauptmahlzeit trinken. Nach dreiwöchiger Kur 8 Tage pausieren und anschließend eine zweite dreiwöchige Kur durchführen. Diesen Ablauf jedes Jahr wiederholen. *Hinweis:* Unkompliziert zu handhaben. Man riecht dabei nicht nach Knoblauch!

Durch diese Eigenmaßnahmen werden die oben beschriebenen spezifischen Entspannungen der Gefäße durch ausgebildete Therapeuten nicht überflüssig, die Leistungsfähigkeit der Arterien kann so aber verbessert werden.