

Wenn die Natur es nicht allein schafft

Probleme bei Schwangerschaft, Geburt und in den ersten Lebensmonaten eines Kindes mit der Microkinesitherapie ausbalancieren | Frank Plettenberg

Wenn neues Leben im Bauch einer Frau heranwächst, ist das ein Wunder. Doch Sorgen in der Schwangerschaft, körperliche Traumata durch die Geburt oder Anpassungsschwierigkeiten des Neugeborenen in den ersten Monaten können das familiäre Glück trüben. Die Microkinesitherapie ermöglicht Linderung und verfolgt einen ganzheitlichen Therapieansatz für Kind und Eltern.

„Ich hatte mir das ganz anders mit unserem Baby vorgestellt,“ sagt die 30-jährige Patientin erschöpft bei ihrem ersten Besuch bei Stefanie Both. Seit zehn Jahren praktiziert Both als selbständige Therapeutin die Microkinesi – das heißt, sie behandelt ihre Patienten ganzheitlich. Die in den 1980er Jahren aufgekommene Therapieform ist eine Behandlungsmethode, die ausschließlich von medizinisch vorgebildeten Spezialisten wie Physio- oder Ergotherapeuten, Heilpraktikern, Logopäden und Ärzten angewendet werden darf. Sie kann eigenständig oder in Kombination mit anderen Behandlungsformen ausgeübt werden. Voraussetzung ist eine mehrstufige Ausbildung, in der die angehenden Therapeuten die theoretischen und praktischen Kenntnisse erlangen.

„Mit der Microkinesi habe ich in meinen zurückliegenden Berufsjahren viele – mitunter erstaunliche – Ergebnisse erzielt,“ sagt die selbst zweifache Mutter. „Die Zeit der Familiengründung erlebe ich bei meinen Patienten teilweise als zunehmend beunruhigend. Dass sich Paare gemeinsam bei mir in der Praxis vorstellen, ist eher unüblich, aber im Falle eines Kinderwunsches oder bei Schwierigkeiten in den ersten Lebensmonaten des Babys kommen sie vermehrt gemeinsam zu mir, suchen Rat und lassen sich behandeln.“

Die Psyche entspannt halten

Mit dem Kinderwunsch zieht häufig großer psychischer Druck ins Schlafzimmer ein. Klappt eine Schwangerschaft überhaupt? Wie lange wird es dauern? Hinzu kommen Fragen und Erwartungen aus dem direkten Umfeld von Eltern und auch Freunden. „Bei



Abb.: Babys können sehr effektiv mit der Microkinesi behandelt werden, wenn sie unter Schlafstörungen, Verdauungsproblemen oder post-geburtlichen Anpassungsstörungen leiden.

© Stefanie Both

Frauen spielt neben der Sorge um die eigene Fruchtbarkeit häufig auch der richtige Zeitpunkt im Leben eine Rolle,“ sagt Bertram Schullian, der in seinem Berufsleben als selbständiger Heilpraktiker und Microkinesitherapeut mehrere Dutzend Frauen vor, während oder nach der Schwangerschaft behandelt hat. „Im tiefsten Inneren ist vielen klar, diesen vermeintlich richtigen Zeitpunkt gibt es nicht. Und dennoch entwickeln sich daraus Sorgen, Druck und Nöte.“ Im Falle einer 29-jährigen Frau war diese nach einem ein Jahr zurückliegenden Abort in der elften Schwangerschaftswoche in die Praxis von Sabine Stegmeir im bayerischen Mainburg gekommen. „Die massiven Ängste, erneut ein Kind zu verlieren, brachten sie an den Rand ihrer nervlichen Belastungsgrenze. Kurz zuvor war es zu einer Blutung gekommen, doch der gynäkologische Befund zeigte einen geschlossenen Muttermund. Von ärztlicher Seite wurde ihr Schonung verordnet, aber die großen Sorgen blieben.“

Das Besondere an der Microkinesi ist, dass sie den Menschen als Einheit aus Körper, Geist und Seele begreift. Ein Therapeut „liest“ mit seinen Händen den Körper des Patienten und versucht die ureigenen Selbstheilungskräfte dort wieder herzustellen, wo sie erstarrt sind. Ängste, Verletzun-

gen, Krankheiten oder längst in Vergessenheit geratene Begebenheiten (z. B. Sturz, Unfall, OP, Stress) hinterlassen im Körper Spuren. Und diese hindern ihn, seine individuellen Regulationsmechanismen auszuüben. Im Falle der 29-Jährigen konnte sich die Schwangerschaft nach zwei Behandlungen im Abstand von sechs Wochen problemlos weiterentwickeln und sie entband einen gesunden Sohn.

Dass Gespräche mitunter sehr emotional verlaufen, gehört zum Alltag der Therapeuten. Ein Beispiel, das Stegmeir immer noch berührt, war eine Frau von 31 Jahren, deren Kinderwunsch unerfüllt blieb. „Im Gespräch berichtete sie mir von rezidivierenden Zystitiden, unter denen sie seit vielen Jahren litt und die wiederholt mit Antibiose behandelt werden mussten. Als sie sich bei mir vorstellte, hatte mittlerweile die zweite Insemination nicht geklappt.“ Es folgten zwei Behandlungstermine im Abstand von drei Monaten in Stegmeirs Praxis. „Ich löste bei ihr insbesondere emotionale Blockaden, die für Überanstrengung und Überforderung stehen. Ihr Körper hatte diese Areale aufgrund des unerfüllten Kinderwunsches blockiert; das gleiche Bild zeigte sich beim Stoffwechselsystem aufgrund der langzeitigen Antibiosen. Nach einem halben Jahr er-

folgte die dritte Insemination und sie klappete. Ein gesundes Baby kam auf die Welt.“

Zu Annette Groever, Therapeutin am bayerischen Wörthsee, kam eine hochschwangere Frau von 30 Jahren in die Praxis. „Sie war aufgelöst, weil sie bereits in der 41. Schwangerschaftswoche angekommen war und nun die Geburt eingeleitet werden sollte. Sie wünschte sich aber sehnlichst eine natürliche Geburt,“ berichtet die erfahrene Therapeutin. Was nach nur einem Behandlungstermin passierte, klingt wie ein Wunder. „Ich stellte bei der Patientin eine Verdrehung im Kreuzbein fest und lockerte ihre mittlere Beckenbodenmuskulatur. Auf der psychisch-emotionalen Ebene des Körpers löste ich einen Schock aus Zeiten ihrer eigenen Geburt,“ berichtet Groever. Bereits am nächsten Tag setzte die Wehentätigkeit ein und kurz darauf kam ihre Tochter auf natürliche Art und Weise ohne medikamentöse Hilfe auf die Welt.

Besonders effektiv wird die Behandlung für den Patienten, wenn verschiedene medizinische Disziplinen zusammenarbeiten. Gerade bei Krankheitsbildern, die eine schulmedizinische Therapie erfordern, kann eine begleitende Microkinesitherapie entscheidend zum Heilungsverlauf beitragen, z. B. nach einer Antibiotika-, Chemo- oder Strahlentherapie. Auch der Heilungsverlauf nach OPs, Geburt oder Unfall kann günstig beeinflusst werden.

Microkinesi bei der Schwangerschafts- und Geburtsbegleitung

Die Gründe, warum Eltern einen Spezialisten für Microkinesi aufsuchen, sind sehr unterschiedlich, was an der Komplexität der Gebiete „Schwangerschaft und Geburt“ liegt. Für eine Kategorisierung können im Wesentlichen fünf Bereiche untergliedert werden.

Seitens der Mutter

Kinderwunsch

- Künstliche Befruchtung
- Hormonbehandlungen oder Dysbalance im Hormonsystem
- Ängste vor Unfruchtbarkeit
- Belastetes Sexualverhalten

Schwangerschaft

- Ängste bei den Vorsorgeuntersuchungen – Nackenfaltenmessung, Fruchtwasseruntersuchung
- Angst vor der Geburt
- Unsicherheit und Selbstzweifel mit Blick auf die Rolle als Mutter

- Ängste aus vorangegangenen Schwangerschaften
- Übelkeit und Lebensmittelunverträglichkeiten
- Beeinträchtigungen durch Körperveränderungen

Geburt

- Dammschnitt oder geburtliche Verletzungen
- Zangen- oder Saugglockeneinsatz
- Kaiserschnitt und ggf. Trauer darüber, dass keine natürliche Geburt möglich war

Wochenbett

- Traumatisierung durch den Geburtsvorgang
- Brustentzündung
- Probleme beim Stillen (Milcheinschuss, -menge)
- Emotionale Überbelastungen und Konflikte wie Babyblues
- Rückbildung
- Hormonelle Umstellung

Seitens des Neugeborenen

- Anpassungsschwierigkeiten
- Hautprobleme wie Babyakne, wunder Po
- Nahrungsunverträglichkeiten
- Verdauungsbeschwerden, Blähungen, 3-Monats-Koliken
- Schreibabys
- Erste Infekte
- Neugeborenen-Gelbsucht
- Stillschwierigkeiten
- Schlafprobleme, allgemeine Unruhe

In der Regel, so die Erfahrung der Microkinesitherapeuten, verbessert sich der Allgemeinzustand eines Neugeborenen häufig schon nach einer ersten Behandlung signifikant.

Ein vitaler Körper aus der Sicht der Microkinesitherapie

Wenn der Körper über ein eigenes Gedächtnis verfügt, liegt die Vermutung nahe, dass Verletzungen, Unfälle, Operationen, Infekte oder belastende Lebenssituationen in diesem Körpergedächtnis abgespeichert werden können. Aus Sicht der Microkinesitherapie bedeutet das, der Körper bündelt seine Energien dort, wo sie am stärksten benötigt werden. Das bedeutet aber auch, dass er an einer anderen Stelle seine Aktivitäten reduziert. Die Vitalität des Gewebes, beispielsweise in der Muskulatur, im Gewebe und in den Nerven, nimmt ab, bis es sogar zu einer vollständigen Erstarrung kommen kann. Solche Blockaden bringen den Körper in ein Ungleichgewicht bzw. schädigen auf Dauer sogar das gesamte Körpersystem mit der Konsequenz, dass ein Mensch individuelle Krankheitssymptome oder auch chronische Überbelastungen entwickelt.

Identisch für jung und alt: Der Ablauf einer Behandlung

Während einer Behandlung arbeitet der Therapeut am Körper-Gedächtnis des Patienten. Über einen „Globaltest“ verschafft er sich eine fundierte Ausgangslage für die Behandlung. Der methodische Fachbegriff beschreibt übergeordnete Themenbereiche, die sich an jedem Körper, unabhängig seines Alters, wiederfinden lassen wie z. B. Muskeln- und Nervensystem oder auch Emotionen und Vererbung. Der Therapeut „scannt“ den Körper durch Abtasten ab und löst durch Microbewegungen gefundene Blockaden auf. Das funktioniert, indem der Therapeut

Zwei Franzosen als Vordenker

Um die Microkinesitherapie als Ganzes zu verstehen, ist ein Blick auf ihre Entstehungsgeschichte hilfreich. Der Begriff „Microkinesi“ stammt aus dem Griechischen und setzt sich aus den beiden Wörtern „Micro“ für „klein“ und „Kinesis“ für „Bewegung“ zusammen. Wörtlich übersetzt heißt Microkinesi „Therapie der kleinen Bewegungen“. Die beiden Franzosen Daniel Grosjean und Patrice Benini machten in den 1980er Jahren eine für sie wegweisende Entdeckung: Das menschliche Gewebe trägt in sich einen lebendigen Eigenimpuls. Durch eine Überbelastung kann dieser zwar verloren gehen, aber über einen gezielten Impuls auch reaktiviert werden. Auf dieser Erkenntnis begründeten die zwei Physiotherapeuten und Spezialisten für Osteopathie die Microkinesi. In enger Zusammenarbeit mit Embryologen, Biologen und Physikern erschufen sie eine wissenschaftlich fundierte Behandlungsbasis, deren Entwicklung und Erforschung weiter anhält. In Deutschland befinden sich Ausbildungsstätten zum Therapeuten für Microkinesitherapie in Hamburg, Hannover, Heidelberg und München.

Weiterführende Informationen:

www.verein-microkinesitherapie.de
 www.fihh.de
 www.mfz-hannover.de
 info@verein-microkinesitherapie.de

Therapeutenliste

Eine Liste aller zertifizierten Therapeuten in Deutschland, Österreich und der Schweiz finden Sie unter:
 www.verein-microkinesitherapie.de

**Information zur Ausbildung zum
Therapeuten für Microkinesi**

In Deutschland können sich medizinisch vorgebildete Berufsgruppen zum Therapeuten für Microkinesi fortbilden lassen. In verschiedenen aufeinander aufbauenden Modulen erlernen die Schüler die speziellen Griffe, das systematische Vorgehen, das Erkennen von Zusammenhängen. Die Fortbildung entspricht den zertifizierten Lerninhalten des französischen Lizenzgebers CFM und wird an den renommierten Instituten des FiHH in München, Heidelberg und Hamburg und des MFZ in Hannover gelehrt. Nähere Informationen unter www.microkinesi.de und www.verein-microkinesitherapie.de

Stefanie Both ist ausgebildete Physiotherapeutin, Heilpraktikerin und seit 13 Jahren in ihrer eigenen Praxis tätig. Sie ist Dozentin und Standortleiterin für die Ausbildung in Hamburg.

Annette Groever ist Heilpraktikerin und arbeitet seit 2014 mit der Microkinesitherapie.

Bertram Schullian ist als ausgebildeter Physiotherapeut und Heilpraktiker seit über 10 Jahren in seiner Praxis selbstständig tätig.

Sabine Stegmeir ist Heilpraktikerin und arbeitet seit 2004 mit der Microkinesitherapie.

Frank Plettenberg ist u. a. als freier Autor tätig. Seine thematischen Schwerpunkte sind Gesundheit und Wellness, Freizeit und Reise sowie Lifestyle.

Kontakt:

wort.kunst@gmx.de

einen gezielten Impuls setzt. Beispielsweise wird ein traumatisierter Muskel, der durch eine Verletzung seine natürliche Eigenbewegung verloren hat, so lange zwischen den Händen sanft gedehnt, bis dieser seine Selbstheilung reaktiviert.

Hohe Wirksamkeit bei Babys und Kleinkindern

„Die Eltern sind spürbar erleichtert und dankbar, wenn das Kind nach einer Behandlung, ohne getragen zu werden oder ohne dass einige Runden mit dem Auto um den Block gefahren werden müssen, von allein einschläft,“ erzählt Stefanie Both. Sie behandelte einen knapp einmonatigen Jungen, der nur auf dem Arm schlafen konnte. Wurde er abgelegt, schrie und wimmert er und kam letztendlich nur auf dem Bauch der Mutter zur Ruhe. Seine Geburt war ohne Komplikationen verlaufen in nur knapp drei Stunden. Allgemeinmedizinisch war ebenfalls alles abgeklärt worden, ohne irgendwelche Auffälligkeiten. „Die Behandlung des kleinen Jungen war tatsächlich herausfordernd, weil sie auf dem Arm der Mutter erfolgen musste. Auch meine sanften Berührungen führten zu heftigem Weinen. Und dann hörte der kleine Kerl plötzlich nach ein paar Minuten heftigen Weinens auf und wurde ruhig. Die Mutter legte ihn daraufhin auf die Liege und ich konnte die Behandlung weiterführen, bei der er sogar einschlieft.“ Both fand bei dem Baby blockierte Muskeln im Kopfbereich und ein überreiztes Nervensystem, das durch das viele Schreien ausgelöst wurde. Daneben konnten Anzeichen für Anpassungsstörung an die neue Umgebung am Körper gefunden werden. Durch das Lösen dieser Blockaden, setzte sich die positive Wirkung zu Hause weiter fort.

Das Phänomen „Schreibaby“

„Echte“ Schreibabys – was laut Definition dann vorliegt, wenn ein Säugling mehr als drei Stunden am Stück an mindestens drei Tagen der Woche über mehr als drei Wochen schreit – machen etwa 16 Prozent der Babys bis zum dritten Lebensmonat aus. Nach dem dritten Lebensmonat sinkt die Zahl rapide. Doch längeres Schreien allein setzt jungen Eltern bereits stark zu. „Zu mir kamen die Eltern eines dreiwöchigen Mädchens, dass sich partout nicht beruhigen ließ. Es weinte und schrie fast ununterbrochen“, erinnert sich Both an das Gespräch. Die Geburt war mit der Zange unterstützt worden, was komplikationsfrei verlau-

fen war. Aus allgemeinmedizinischer Sicht gab es keine auffälligen Befunde. „Wenn aus ärztlicher Sicht keine Indikation vorliegt, sind junge Eltern oftmals noch zusätzlich gestresst, weil ja medizinisch alles gesund ist, das Baby aber trotzdem nicht aufhört zu weinen. Sie suchen die Schuld bei sich.“ Bei ihrer Behandlung bemerkte sie eine Blockade in der Muskulatur im Schulter-Nackengebiet und auch im Kiefergelenk. „Schon während der etwa 30-minütigen Behandlung entspannte sich das Gewebe merklich und das Kind beruhigte sich zeitgleich.“

Bei der Untersuchung von Babys finden Microkinesitherapeuten regelmäßig Blockaden in der Muskulatur, die durch den Geburtsvorgang hervorgerufen werden und eine Dysbalance im kindlichen Körper verursachen. Genauso sind Infektionen oder auch die Einnahme von Medikamenten der Mutter während der Schwangerschaft nachweisbar, die wie eine emotionale Überlastung der Mutter während der Schwangerschaft zu einer Störung des vitalen Rhythmus im Gewebe des Babys führen können. Die Folgen sind: Schlafstörungen, Schreien, Infektanfälligkeit oder auch Verdauungsstörungen.

Wenn sich die Mutter nicht von den Geburtserlebnissen erholt

Zu Bertram Schullian kam eine 31-jährige Frau, die von massivem Schwindel und Kopfschmerzen berichtete, die etwa am dritten Tag nach der Geburt begonnen hatten. Die Geburt war für sie eine hohe emotionale Belastung gewesen, weil eine lange Austreibungsphase zu abfallenden Herztönen ihres Kindes geführt hatte. In den ersten Tagen war die Patientin nicht in der Lage, ihr Kind zu versorgen. „Bei meiner Behandlung konnte ich die emotionale Überbelastung am Körper der Frau spüren. Die Schmerzen hatten zu einer erhöhten Spannung in der Beckenbodenmuskulatur geführt, die nicht von allein abgeklungen war.“ Nach der ersten Behandlung kam es zu einer beträchtlichen Erstverschlimmerung mit verstärkten Kopfschmerzen und Schwindel. Ab dem zweiten Tag wurden die Beschwerden deutlich besser. Eine erneute Behandlung nach einer Woche ließ die Symptome vollständig verschwinden. Zeitgleich verbesserte sich der gesamte energetische Zustand der Frau. ■

Keywords: FiHH, Geburt, Kinderwunsch, Manuelle Therapie, MFZ, Microkinesitherapie, Neugeborene, Schreibaby, Schwangerschaft, Therapeutenliste, Wochenbett