

Knochen einrenken ohne Risiko

Erfahrungen mit der DORN-Methode

Die DORN-Methode entstand aus der Volksmedizin und ist somit weder theoretisch begründet noch durch wissenschaftliche Studien belegt. Trotzdem ist sie im Laien- und Heilpraktikerbereich weitverbreitet. Da die Ergebnisse für sich sprechen und es schwer möglich ist, mit ihr Schaden anzurichten, sollte diese Methode der Erfahrungsheilkunde auch in der hausärztlichen Praxis einen Raum haben.

SIEGFRIED ZINECKER

Die Geschichte der DORN-Methode reicht zirka 30 Jahre zurück. Damals litt Dieter Dorn, ein Landwirt und Sägewerksbesitzer aus dem Allgäu, unter Rückenschmerzen. Nachdem weder sein Hausarzt noch der Orthopäde ihm helfen hätte können, machte er das, was er vorher strikt abgelehnt hatte: Er ging zu einem alten Bauern, von dem bekannt war, dass er Knochen einrenken konnte. Dieser damals 84-jährige Schlossbauer behandelte ihn mit dem Ergebnis, dass er schmerzfrei nach Hause gehen konnte. Daraufhin eignete sich auch Dorn die Technik an und behandelte seine Frau, die bereits seit langen Jahren an therapieresistenten Kopfschmerzen litt, erfolgreich.

Aus diesen Anfängen entstand die DORN-Methode. Sie ist inzwischen im Laien- und Heilpraktikerbereich unter dem Motto «die DORN-Methode – Heilung über die Wirbelsäule» weitverbreitet. Im ärztlichen Bereich ist sie vielen Kollegen noch nicht bekannt.

Der theoretische Hintergrund

Entsprechend der Herkunft aus dem bäuerlich-handwerklichen Bereich gibt es keine theoretischen Grundlagen. Die Methode entstand aus der Beobachtung, dass immer wieder Knochen und Gelenke im Vergleich zum gesunden Normalbefund anders

Merksatz

- Bei Skoliosen lassen sich mit der DORN-Methode starke Seitabweichungen der Dornfortsätze deutlich reduzieren.

standen, Wirbelfortsätze seitlich und in der Höhe verschoben waren oder dass Beine verschieden lang waren.

Die Schlussfolgerung war entsprechend: Wo etwas verschoben ist, muss es wieder an die richtige Stelle gebracht werden. Bei Wirbeln bedeutet das, dass sie in einer geraden Linie stehen sollen. Im Sakralbereich werden die abstehenden Beckenschaukeln wieder dem Sakrum angenähert, und bei den funktionellen Beinverlängerungen und den Beschwerden der Arme und der Finger wird darauf geachtet, dass der bewegliche Gelenkanteil wieder satt in der «Pfanne» ruht und sich dort bewegen kann.

Die DORN-Techniken

Ein eindeutiger Vorteil der DORN-Methode ist, dass sie äusserst risikoarm ist. Die Behandlung erfolgt in der Regel durch Eigenbewegungen des Patienten, denen der Therapeut einen aktivhaltenden Widerstand entgegensetzt. Für den Bereich der Wirbelsäule und des Beckens geschieht das durch Schwingbewegungen der Arme oder Beine, an den Extremitätengelenken durch geführte Eigenbewegungen.

An der HWS wird der Patient angeleitet, den aufrecht gehaltenen Kopf um die Zentralachse langsam und gleichmässig zur gewünschten Seite zu drehen (*Abbildung 1a* und *1b*). Während dieser Drehung legt der Therapeut seinen Daumen auf das Querfortsatzende: bei C 1 von lateral, bei den weiteren Halswirbelkörpern von dorsal. Der Patient dreht den Kopf so weit, bis die Drehung schmerzhaft wird, und hält danach den Kopf in dieser Stellung ruhig. Nach einigen Sekunden ist häufig deutlich spürbar, wie sich unter dem haltenden Daumen die Halswirbelsäule entspannt. Anschliessend führt der Patient den Kopf ruhig und ohne ruckartige Bewegungen zurück in die Ausgangsposition. Im Bereich der Brustwirbelsäule und der LWS erfolgt die Reposition durch lateralen Schub an den Dornfortsätzen. Blockierungen

© Zinecker



Abbildung 1a und 1b: Behandlung der HWS in Ausgangs- und Endstellung

© Zinecker



Abbildung 2: Der Beinlängenausgleich über die Hüfte hilft sehr schnell bei Hüftschmerzen und bei Schmerzen, die aus daraus resultierenden Fehlstellungen der Wirbelsäule entstanden sind.

der Sakroiliakalgelenke werden durch dorsalen Druck auf die Spina iliaca posterior superior unter Mitbewegung der Arme beziehungsweise der Beine gelöst.

Stärken und Schwächen der Methode

Ein eindeutiger Vorteil sind die einfach zu erlernenden Techniken, mit denen ich in sehr kurzer Zeit in der Lage bin, die allermeisten chirotherapeutisch angehbaren Probleme erfolgreich behandeln zu können.

Meiner Erfahrung nach ist bei den für eine Vielzahl von Schmerzen im Bereich des ganzen Körpers ursächlichen Blockierungen der mittleren Brustwirbelsäule die DORN-Methode der normalen Chirotherapie sowohl in der Effektivität als auch vom Zeitaufwand her unterlegen. Jedoch gibt es in diesem Bereich hervorragende Ergebnisse der DORN-Methode bei Skoliosen. So lassen sich zum Teil schon in einer Sitzung starke Seitabweichungen der Dornfortsätze deutlich reduzieren und im Verlauf einer längeren Behandlung weiter verbessern und stabilisieren.

Dieter Dorn sagt, dass sich mithilfe seiner Methode viele innere Krankheiten behandeln lassen. Er ordnet dabei innere Erkrankungen verschiedenen Wirbeln zu. Nach meiner Erfahrung lassen sich durch die Lösung dieser Blockierungen Symptomkomplexe, wie sie auch bei inneren Erkrankungen auftreten, durchaus bessern. Treten jedoch Blockierungen immer wieder auf, ist für mich die regelmässige Erfahrung, dass innere Organe als Störfelder in die Head'schen Zonen ausstrahlen, die Wirbel-

säule labilisieren und dadurch die Möglichkeit für erneute Blockierungen schaffen.

Dauerhafte Hilfe kann hier nur die Ausheilung dieser Störungen bringen, wie ich sie regelmässig mithilfe der von mir entwickelten neuen Funktionellen Neuraltherapie (FNT) erreichen kann. Überzeugend sind auch die Übungen zur Selbstbehandlung, die Patienten als häusliche Übungen mitgegeben werden. Die Patienten sind dadurch in der Lage, ihre Schmerzen in einem deutlich erträglicheren Bereich zu halten.

Modifikation nach Zinecker

In der letzten Zeit konnte ich eine Modifikation der DORN-Methode entwickeln, mit der im Bereich der gesamten Wirbelsäule die Behandlung absolut risikolos und noch ungefährlicher als mit der originalen DORN-Methode stattfinden kann. Anregung dazu war der Pendelversuch des autogenen Trainings. Bei diesem wird dem Probanden ein Pendel (kleine Figur, Schraubenmutter oder Ähnliches an einem Nähfaden hängend) in die Hand gegeben. Er wird angewiesen, die Hand ruhig zu halten und sich in Gedanken vorzustellen, dass diese Figur vor- und zurückschwingt. Allein durch die Vorstellung einer Bewegung werden die entsprechenden motorischen Hirnbereiche aktiviert. Die daraus resultierenden muskulären Mikrobewegungen bewirken die scheinbar unerklärliche Bewegung des Pendels. Analog wird diese Technik an der Wirbelsäule eingesetzt. Die Aufnahme des Tiefenkontakts erfolgt wie bei der klassischen DORN-Technik. Der Therapeut stellt sich dann vor, dass er den Druck verstärkt, ohne jedoch irgendeine bewusste Kraft auszuüben. Die daraus resultierenden Mikroimpulse ohne bewusst wahrnehmbare Bewegung reichen aus, um Blockierungen zu lösen.

Ausbildung in der DORN-Methode

Aufgrund der Herkunft aus dem Laien- und Heilpraktikerbereich gibt es keine festgelegten Ausbildungskurricula. Jeder, der sich befähigt fühlt, kann Kurse der DORN-Methode anbieten. Wichtig ist, dass der Kursleiter über langjährige chirotherapeutische Erfahrungen verfügt und die DORN-Methode seit längerer Zeit erfolgreich einsetzt. Meiner Erfahrung nach ist ein eintägiger Kurs unzureichend. Nach eineinhalb Tagen Ausbildung sind die Kursteilnehmer hingegen sehr wohl in der Lage, auch komplexe Beschwerdebilder erfolgreich zu behandeln. ■

Dr. med. Siegfried Zinecker

Facharzt für Allgemeinmedizin, Chirotherapie/manuelle

Medizin, Akupunktur, Psychotherapie

D-90441 Nürnberg

Kurse: www.schmerztherapie-seminar.de

Interessenkonflikte: keine

Diese Arbeit erschien zuerst in «Der Allgemeinarzt» 19/2005. Die Übernahme erfolgt mit freundlicher Genehmigung von Verlag und Autor.