



## Patienteninformation: Dorn-Breuss-Therapie

### Eine Methode zur Feststellung und Korrektur von Fehlstellungen der Wirbelsäule

#### Was ist die Dorn Therapie?

Die Dorn-Therapie ist benannt nach ihrem Erfinder Dieter Dorn, einem Allgäuer Sägewerksbetreiber.

In der von ihm entwickelten Wirbelsäulentherapie werden verschobene Wirbel und Gelenke sanft und zugleich kraftvoll an ihren natürlichen Platz zurückgeschoben. Die Wirkung basiert auf dem Wissen, dass die Wirbelsäule mehr als ein bloßes Stützorgan ist; sie schützt vor allem das zentrale Nervensystem und das Rückenmark. Bereits kleinste Verschiebungen oder Fehlstellungen der Wirbel oder Bandscheiben können Reizungen des Nervensystems hervorrufen und es kann zu Funktionsstörungen und Blockaden der Nerven und Organe kommen. Schmerzen, nicht nur im Rücken, sondern im ganzen Körper, sind die Folge.

#### Wie erfolgt die Dorn-Therapie?

Die Grundlage der Therapie ist das Einrichten des Hüftgelenks und des Beckens, um die Basis der Wirbelsäule wieder ins Lot zu bringen. Vergleichbar mit dem stabilen und geraden Fundament eines Hauses. Dazu werden als erster Schritt der Behandlung die Beinlängen ausgemessen. Bei jedem zweiten Menschen ist ein Bein länger als das andere. Nach Ansicht Dorns beruht dies jedoch nicht darauf, dass tatsächlich die Knochen unterschiedliche Längen haben, sondern auf einer Fehlstellung des Hüftgelenks, welche mitverantwortlich für Wirbelsäulenverformungen ist. Ohne die Richtigstellung des Beckens ist somit auch keine Korrektur der Wirbelfehlstellung möglich. Dieses positionieren des Beckens geschieht mithilfe eines Hebelgriffs, den der Patient später täglich selbst ausführen kann.

Anschließend werden die Wirbel von unten nach oben hin untersucht und gegebenenfalls korrigiert, indem der Therapeut Druck auf den Dornfortsatz oder den Querfortsatz des entsprechenden Wirbels ausübt. Die Behandlung erfolgt entweder im Liegen, Stehen oder Sitzen, abhängig davon, welche Bereiche betroffen sind. Während der Therapeut den Wirbel in seine natürliche Position schiebt, bewegt der Patient gleichzeitig einen Körperteil, um rhythmisch Muskeln anzuspannen und zu entspannen. Der Prozess kann mitunter etwas schmerzhaft sein, der Schmerz lässt jedoch nach, sobald kein Druck mehr ausgeübt wird.

#### Reaktionen nach der Dorn-Therapie

Nach der Behandlung kann es zu muskelkaterartigen Beschwerden, in Einzelfällen aber auch schon mal zu blauen Flecken im Bereich der behandelten Muskulatur kommen. Sowohl der Muskelkater als auch die blauen Flecken verschwinden spätestens 2 bis 3 Tage nach der Behandlung.

### **Was muss beachtet werden, wenn man mit der Dorn-Therapie behandelt wird?**

Es empfiehlt sich, an den Tagen nach der Therapiesitzung reichlich Wasser oder Tee zu trinken, da durch die Lösung von Blockaden ein Entgiftungsprozess einsetzt, bei dem aufgestaute Schlacken freiwerden, die ausgeschwemmt werden müssen. Körperlich anstrengende Belastungen, Sportarten mit ruckartigen Bewegungen (Fußball, Tennis), Stretching und Yoga soll der Patient 2 bis 3 Tage nach der Behandlung meiden.

### **Was ist die Breuss-Massage?**

Begleitet wird die Dorn-Therapie meist von einer wohltuenden Massage, der Breuss-Massage. Diese lockert verspannte Muskeln und streckt sanft die Wirbelsäule. Die Bandscheiben werden in ihrer Quellfunktion unterstützt, Heilmechanismen in Gang gesetzt, Nerven beruhigt und entspannt.

### **Wann darf die Dorn'sche Wirbelsäulentherapie nicht angewandt werden?**

- Bei bereits geschädigten und zerstörten Bandscheiben
- Bei Wirbelentzündungen
- Bei Krebs-Metastasen in der Wirbelsäule
- Im Fall einer frischen Verletzung, z.B. nach einem Unfall. Nur wenn eine Wirbelsäulenverletzung eindeutig durch eine Röntgenaufnahme ausgeschlossen wird, darf eine Behandlung erfolgen.

### **Welche Beschwerden können mit der Wirbelsäulentherapie nach Dieter Dorn behandelt werden?**

- Beckenschiefstand
- Skoliose, Morbus Scheuermann, Morbus Bechterew (zur Schmerzlinderung)
- Ischias
- Hexenschuss
- HWS-/BWS-/LMS-Problemen
- Iliosakral-Gelenk-Problemen
- Schulterschmerzen
- Nackenverspannungen
- Hüft-, Knie- und Fußproblemen
- Tennisarm
- Kopfschmerzen, Migräne
- Schwindel
- Empfindungsstörungen an Händen und Füßen, Karpaltunnelsyndrom
- Rückenschmerzen nach Operationen
- Rheumatismus
- Atembeschwerden
- Müdigkeit
- Magenbeschwerden, Verstopfung, Verdauungsstörungen, Durchfall, Blähungen
- Erkältungen, Asthma, Husten, Bronchitis
- Herzbeschwerden, Brustbeschwerden

**Wie lange und wie häufig muss behandelt werden?**

Eine Behandlung umfasst 60min für die Wirbelsäulentherapie nach Dorn mit anschließender Breuss-Massage und Nachruhe. Die erste Behandlungsserie erstreckt sich über ca. 6 Behandlungen, einmal pro Woche. Anschließend sind viele Patienten durch Selbsthilfeübungen in der Lage, die Therapie eigenständig weiter zu führen.

Für weitere Informationen sprechen Sie mich gerne an.

*Katharina Fismann*

Heilpraktikerin, Dipl. Biologin, Personal Trainerin  
Naturheilpraxis sportify your life®