

Der Atlaswirbel als möglicher Verursacher schwerer Beschwerden



Praxis Stefan Datt

Migräne, Schwindel, Tinnitus und Bluthochdruck können auf eine neue Weise effektiv behandelt werden.

Der griechischen Sage nach trägt der Riese Atlas das Himmelsgewölbe auf seinem Nacken. Hoffentlich hat er sich bei dieser, bestimmt anstrengenden Tätigkeit, den Atlaswirbel nicht verschoben. Denn davon können mannigfache Erkrankungen herrühren, die in einem direkten Zusammenhang mit der Position des ersten Halswirbels zusammen hängen.

Die Anatomie

Der Atlaswirbel ist ein großer Knochen auf dem der Kopf fest sitzt. Er dreht sich und den Kopf über dem Axis, dem zweiten Halswirbel und stellt so die Kopfposition ein. Das hat zur Folge, dass, wenn der Atlaswirbel verschoben ist, auch der Kopf nicht 100% gerade ist.

Nehmen wir an, der Atlas sei nach rechts vorne verdreht, dann wäre der Kopf ein Stück nach links rotiert. Nun werden aber die Hals- und oberen Rückenmuskeln den Kopf auf der Augenebene gerade heben und drehen. Dadurch stehen diese Muskeln unter einer zu starken Daueranspannung. In diesem Fall helfen auch Massagen oder sonstige Entspannungstechniken nicht nachhaltig, da die Ursache, nämlich die schiefe Kopfposition nicht korrigiert wird.

Die Kompensation

Durch diese Kompensation ist dann zwar der Kopf gerade, aber der Rest des Körpers ist leicht schief. Die Schultern sind verschieden hoch, die Wirbelsäule weicht seitlich aus (Skoliose), das Becken steht schief und es lastet ein ungleiches Gewicht auf den Beinen. Der ganze Körper muss schließlich die falsche Kopfstellung kompensieren und irgendwann beginnt der untere Rücken seitlich zu schmerzen, das Hüft-, Knie- und Sprunggelenk nutzen sich ab, ein Fersensporn kann sich entwickeln.

Die Menschen suchen den Weg zur Atlaskorrektur selten aus Gründen einer verschobenen Körperstatik, sondern viel häufiger wegen der Migräne-, Schwindel- oder Tinnitusbeschwerden; doch dazu später mehr. Auf jeden Fall befreit und beschützt uns eine gut ausgerichtete innere Statik vor mehr physischen Problemen, als wir denken würden.

Die Kraft, die der Körper aufbringen muss, um eine schlechte „innere Statik“ muskulär auszugleichen, ist nicht unerheblich. Ein Statiker würde vielleicht einen Körper gar nicht so bauen: Zwei kleine Füße, zwei lange Beine, dann eine an über 20 Stellen bewegliche Säule und obendrauf eine richtig schwere Kugel. Wenn jetzt diese Kugel, ein Kopf wiegt immerhin ca. 5 kg (bitte einmal 5 Milchtüten

hochheben), ungleichmäßig platziert ist, stimmt die Statik und der Spannungszustand des ganzen Körpers nicht mehr und entsprechende Beschwerden lassen sich kaum noch verhindern.

Die Ursachen

Menschen, die unter Migräne leiden, erhalten von der Schulmedizin häufig nur ein Kleines oder gar kein „Behandlungsangebot“. Die reine Betäubung durch verschiedene Schmerzmittel, Triptane etc., rechne ich nicht zum Behandlungsangebot, da sie nicht an der Erkrankung an sich wirken, sondern lediglich die Symptome dämpfen.

Kopfschmerzen oder Migräne haben immer einen Mix aus verschiedenen Ursachen; aber dass eine Migräne vom Wetterwechsel oder Hormonschwankungen allein verursacht wird stimmt einfach nicht.

Wäre das Wetter die Ursache, müssten ja, wenn das Wetter gelegentlich extrem wechselt, mehr Menschen Migräne bekommen, wäre dies die Ursache. Es sind aber immer wieder genau die gleichen Menschen betroffen. Was unterscheidet also diese Menschen von anderen?

Auch hormonelle Veränderungen, Nahrungsmittel oder Stress sind zwar Auslöser, aber nicht die Ursache für Migräne, da andere Menschen mit größeren Dosen der Auslöser gar keine Probleme bekommen.

Der Atlaswirbel ist tatsächlich in vielen Fällen der Baustein, der das Fass bereits so voll macht, dass dann sogar ein profaner Wetterwechsel einen Migräneanfall auslösen kann.

Die wissenschaftliche Studie

Beachtenswert ist eine Studie zur Atlaskorrektur vom wissenschaftlichen Institut INKAM. In den Jahren 2008 und 2009 wurde in Schweden und in der Schweiz eine breit angelegte Studie zum Thema Atlaskorrektur durchgeführt. Die Befragungen erfolgten mit Hilfe eines standardisierten Fragebogens, der den Patienten unmittelbar vor und ca. einen Monat nach der Behandlung anlässlich einer Kontrollsitzung vorgelegt wurde. Die Patienten hatten die Aufgabe, ihren jeweiligen Beschwerdezustand vor und nach der Behandlung in den Dimensionen Häufigkeit und Stärke der Beschwerden auf einer 7-stufigen Ratingskala (ohne verbale Verankerung der Skalenstufen) anzugeben.

Die Fragebögen wurden unter wissenschaftlichen Standards statistisch erfasst und ausgewertet. An der Befragung nahmen insgesamt **504 Personen**, davon 297 Frauen und 207 Männer, alle im Alter zwischen 16 und 84 Jahren, teil. Der Genauigkeitsgrad der Untersuchungsergebnisse beträgt +/- 4,45% (Sicherheitsgrad 95,5%).

Zusammenfassend konnten folgende Erkenntnisse aus der Studie gewonnen werden:

* **74%** aller Patienten waren einen Monat nach der Behandlung einem der von ihnen genannten Beschwerdebereiche beschwerdefrei.

* Unter dem Aspekt der vollständigen Schmerzbefreiung erzielte die Behandlung bei Migräne-Patienten die größten Erfolge. **39%** aller Befragten waren einen Monat nach der Atlaskorrektur beschwerdefrei, für weitere **43%** ist eine Linderung in Häufigkeit und/oder Stärke der Beschwerden eingetreten. Das sind insgesamt 8 von 10 Betroffene, denen es deutlich besser geht. Diese Studie ist auf www.atlaskorrektur-berlin.de hinterlegt.

Das Feststellen der Atlasposition

Die Atlas-Stellung lässt sich mit einiger Übung manuell ertasten. Bevorzugt aus der Bauchlage, mit auf der Stirn abgelegtem Kopf und entspannten Nacken, tastet der Therapeut mit 6-8 Fingern die überdurchschnittlich langen knöchernen Querfortsätze des Wirbels bis zu seinen seitlichen Enden.

Hier kann der erfahrene Therapeut die Wirbelposition und allen dort möglichen Fehlstellungen erkennen. Ganz dicht an den bzw. in den Querfortsätzen des Atlas laufen zwei sehr wichtige Strukturen: die Arteria vertebralis interna, die das Blut hoch zum Kopf führt und direkt daneben ein großer Nerv, der zehnte Hirnnerv, Nervus vagus genannt. Dieser geht direkt ins Gehirn, hat Äste zum Seh- bzw. Hörnerv und steuert, als der wohl wichtigste vegetative Nerv überhaupt, unter anderem den Blutdruck, den Herzschlag und wirkt direkt auf den Magen. Durch eine Atlaswirbel-Fehlstellung können sehr leicht die Ader und/oder der Vagusnerv komprimiert werden. Dieser Druck ist häufig für Migräne-, Schwindel- und Tinnitus-Beschwerden mitverantwortlich.

Die Behandlung

Der Atlaswirbel wird in der Regel traumatisch verschoben: ein Auto- oder Fahrradunfall, ein Sturz (auch bereits als Kind z.B. von der Schaukel) oder bei einer schlecht ausgeführten Geburtshilfe sogar schon bei der Geburt. Tatsächlich geht die moderne Atlaskorrektur auf die beachtenswerte Arbeit und Forschung einiger Schweizer Ärzte und auf den französischen Kinderarzt Dr. Arlen zurück, der über kontrollierte Korrektivimpulse bereits bei Neugeborenen den Atlaswirbel von Hand korrigierte. Die moderne und risikofreie Wirbelkorrektur für Erwachsene beruht auf Dr. Arlens Idee, den Wirbel, anstelle mit ‚einem‘ Impuls und viel Kraft und Geschwindigkeit (Einrenken, Einknacken, Chiropraktik) weitgehend unkontrolliert zu mobilisieren, hunderte kleine kontrollierte Impulse zu verwenden, um den Wirbel in seine richtige Position zurückzubringen. Dazu ist ein medizin-technisches Geräts notwendig, welches ein kontrolliertes Arbeiten ermöglicht. Nach der Korrektur stehen das oberste „Zahnrad“ der Statik und der Kopf wieder gerade, die zuführende Arterie und der Vagusnerv sind wieder frei. Wenn die Beschwerden von der Kompression dieser Strukturen oder der beeinträchtigten Statik kamen, ist die Chance groß, dass sie nach der Atlaswirbel-Korrektur nicht mehr auftreten. Nach 4-

6 Wochen sollte der Atlasterapeut den Patienten wieder treffen, befragen und eine Kontrolle der Wirbelposition durchführen. Die Methode der Atlaskorrektur heißt „atlasreflex“.

Meine persönliche Erfahrung

In meiner persönlichen Erfahrung in manigfachen Atlaskorrekturen, auch bei Kindern ab dem Schulalter, sind die Ergebnisse für oben genannte Beschwerden mehr als überzeugend. Gerade für Migränepatienten eröffnet sich hier eine „echte“ Behandlungsmöglichkeit, die bereits allein in meiner Praxis zu Dutzenden ehemals „Kranken“ und nun „Beschwerdefreien“ geführt hat.

Meine neuste Idee bezüglich der Atlas- und Kopfposition ist die Ursachenforschung bei Skoliosen (seitlichen Verschiebungen der Wirbelsäule), die gehäuft im Wachstumsschub weiblicher Teenager auftreten. Die Medizin sagt dazu: idiopathische Skoliosen, Skoliosen unbekannter Ursache. Auch das erscheint nicht befriedigend. Auch hier könnte eine genaue Diagnostik der Atlaswirbelstellung von großem Interesse sein, um ein Fortschreiten der Skoliosesymptomatik zu stoppen, eventuell sogar rückgängig zu machen und den „Teenies“ das jahrelange Üben nach Katarina Schroth und eine eventuell nötige Korsettversorgung zu ersparen. Eine breiter angelegte Forschung sollte auch hierzu angeregt werden, die ich gerne unterstützen würde. Bei den Millionen Menschen auf der Welt, die unter einer Skoliose leiden, wäre eine Untersuchung dieser Idee sicher interessant.

Für genauere Informationen stehe ich jederzeit in unserer Charlottenburger Praxis in der Weimarer Straße 29 zur Verfügung.

Praxis Stefan Datt

www.atlaskorrektur-berlin.de