

KoBe Manuelle und ganzheitliche Kopfbehandlung

von Kai Piet Schneider

Kopfschmerz und Migräne oder: Eine Lanze brechen für eine manuelle Therapie

Seit über 25 Jahren kommen fast wöchentlich neue Kopfschmerz- und Migräne-Patienten in meine Praxis und erwarten oder erhoffen sich von mir eine neue Alternative, um ihre Schmerzen nach vielen Jahren endlich in den Griff zu bekommen.

Die verschiedenen Migränearten und die vielfältigen Kopfschmerztypen stellen eine „Volkskrankheit“ dar, die als Erkrankung oder Begleitsymptom die Lebensqualität der Betroffenen erheblich mindert. In der Differentialdiagnostik und in homöopathischen Repetitorien, in der TCM sowie in vielen anderen Therapierichtungen füllt das Thema Kopfschmerzen und Migräne etliche Seiten.

Die meisten Patienten waren in ihrer Verzweiflung schon „bei Pontius und Pilatus“, alle möglichen Untersuchungen wurden vorgenommen.

Viele Medikamente wurden schon eingenommen, viele Geräte angeschlossen, oft wurde auch schon akupunktiert, gespritzt und infundiert. Die Medikamente reichen von Vitamin C über ASS bis Emigran oder Beta-Blockern und auch immer öfter Neuroleptika.

Ursächlich werden Depressionen, psychosomatische Gründe, das Schmerzgedächtnis und andere Theorien angeführt, aber es gibt auch lapidares Achselzucken bis hin zu den Aussagen „Sie haben nichts“, oder gar „Damit müssen Sie leben!“.

Die Patienten sind verzweifelt und fühlen sich nicht ernst- und angenommen bzw. „an die Hand genommen“.

Eine erfolgreiche, wenig bekannte Möglichkeit die Hand zu reichen, mit der ich mich seit 25 Jahren beschäftige, ist das Konzept der

KoBe (Kopfbehandlung)

Schon während meiner Tätigkeit in der physiotherapeutischen Abteilung der RWTH Aachen (1986-1987) habe ich mit einer Kollegin eine Massage speziell für Kopfschmerzpatienten entwickelt und an rund 200 stationären und ambulanten Patienten erproben können.

Wir hatten damit bei vielen Grunderkrankungen, die mit Kopfschmerzen und Migräne einhergingen, einen sehr großen und direkten Erfolg: bei > 80% hatten wir eine direkte Linderung oder Schmerzfreiheit und > 90% der Patienten empfanden die Behandlung als sehr angenehm und wohltuend.

Wie alle manuellen Grifftechniken habe auch ich viele zunächst intuitiv entwickelt und an meinen ersten Patienten erprobt und reflektiert.

Im Laufe verschiedener Weiterbildungen kamen bestimmte Aspekte und Griffe dazu, wodurch sich das Konzept zur **Man. KoBe** (Manuelle Kopfbehandlung) vervollständigte.

Bei der **Man. KoBe** handelt es sich um eine Kombination verschiedener **manueller** Techniken, z.B. aus der Lymphdrainage, der Osteopathie, aus klassischen und speziellen Massageformen, Meridianmassage und Akupressur bis hin zu Polarity-Techniken.

Nach einer Nacken-Schulter-Massage liegt der Patient entspannt auf dem Rücken und

sollte die Augen schließen, da die Restmuskelspannung und die Kontrollabgabe ein wichtiger Bestandteil der Entspannung ist.

Das anschließende Öffnen der Lymphgefäße, sanfte Rotationen und Traktionen, das spezielle Durcharbeiten der Meridiane und ihrer Akupunkturpunkte, sowie von Reflexzonen im Kopfbereich erfolgt langsam und speziell angepasst. Die folgende Gesichtsbildung wirkt entleerend, entspannend und wird durch die eingefügten und anschließenden Lymphgriffe verstärkt.

Die verwendeten Griffe sind in Dosierung und Abfolge besonders auf Kopfschmerz- und Migränepatienten ausgerichtet und stellen ein in sich geschlossenes Konzept dar. Die Techniken sind schnell zu erlernen und wirken in der vorgegeben Reihenfolge isoliert ohne Ergänzungsmaßnahmen sehr gut.

Diese Technik ist bei den meisten Anspannungs- und stressbedingten Kopfschmerzen und Migräne indiziert, aber auch bei anderen Erkrankungen zeigen sich gute Erfolge z.B. bei: HWS-Syndrom, Atlas-Axis-Syndrom, essentielle Hypertonie, Schwindel, Burn-Out-Syndrom, Tinnitus, Tourette-Syndrom u.a.

Die Therapie sollte zunächst wöchentlich angewendet werden und dauert 35 bis 50 Minuten, plus der wichtigen 10 Minuten Nachruhe.

Nach einem Monat kann bei Schmerzfreiheit ein größeres Intervall gewählt werden. Wenn Patienten nach wenigen Behandlungen (oft schon nach der ersten!) eine Veränderung wahrnehmen und man „einen Fuß in der Türe hat“, sind sie oft so perplex und fragen sich „warum niemand mit ihnen früher diese Dinge gemacht hat, ganz ohne Medikamente“.

Ob die positive Wirkung dauerhaft oder nur für kurze Zeit anhält, hängt stark von der angewandten Behandlung, aber auch von der Diätetik (Lebensführung) des Patienten

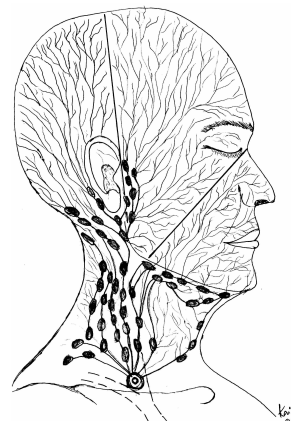
ab und davon, was er an Änderungen in seinem Alltag umsetzen kann.

Die Patienten genießen die wohltuende Behandlung, sie schlafen zum Ende oft ein und gönnen sich dann auch ohne Kopfschmerzen wenigstens einmal monatlich eine schöne manuelle Therapiestunde bei mir.

Inzwischen habe ich rund 30 000 KoBe Behandlungen gegeben, 200 Therapeuten ausgebildet und eine ständige Bestätigung dieser wirkungsvollen Therapie erfahren.

Ausgehend von der Annahme, dass Kopfschmerzen fast ausschließlich hypertensive Grundmuster beinhalten, ist neben der beruhigenden und sanften Art der Massage die Entlastung des Lymphstaus besonders wichtig, da dieser sehr häufig Mitursache von Migräne und Kopfschmerz ist. Das betrifft besonders das Entleeren des Profundus (große Lymphknotenketten an der Halsseite) und des Terminus (Mündungsstelle der Lymphbahnen in die obere Hohlvene in der Fossa clavicularis).

Schulmedizinisch ist das Lymphgefäßsystem noch immer ein vernachlässigtes Stiefkind. Auch in den manuellen Techniken ist ein zu festes Arbeiten auf den zarten Lymphgefäßen üblich und wird meist nicht vor- bzw. nachbehandelt. Leider !



Neben dieser lymphogenen Wirkung und der neuro- und myofascialen Wirkung, ist

der psychische Aspekt dieser *Behandlung* sehr entscheidend für den Erfolg.

Der Zustand des Patienten während der **Man. KoBe** ist als somnambul zu bezeichnen, und er befindet sich in einer Trancestufe, die eine sehr tiefe Entspannung bewirkt, Selbstheilungskräfte aktiviert, Polaritätsschwankungen in den Zellen ausgleicht und gleichzeitig für positive Suggestionen öffnet. So beobachtete eine Patientin: „Ich weiß nicht, was du da machst, aber es ist, als ob du mich auf eine andere Schiene setzt.“ Dies ist eine typische Beschreibung eines Trancezustandes.

Hinzu kommt die Haltung als Therapeut. Wenn man sich auf die *Behandlung* und den Patienten einlässt, begibt man sich selbst in eine Tranceähnlichen Zustand, in der die *Behandlung* ähnlich einer Meditation abläuft.

Hierbei habe ich häufig die Augen geschlossen und lasse inzwischen intuitiv meine Hände ihre Arbeit machen.

Auch das geistige Einschalten des Therapeuten ist wichtig, um „channeln“ zu können. Ich lasse mich auf den Patienten ein und muss die Dosierung und Geschwindigkeit mit ihm/ihr in Resonanz bringen.

„Geht der Therapeut im Rapport in Trance, muss der Patient ihm folgen“ (Dirk Treusch)

Als ganzheitlich arbeitender Therapeut sind natürlich auch die Hintergründe, mögliche Ursachen und Auslöser der Kopfschmerzen und Migräne sehr wichtig.

Wenn sich die Befunde einer Wirbelsäulen-Untersuchung durch die Anamnese, Pulse, Zunge u.ä. bestätigen, kann ziemlich schnell ein begleitendes Behandlungskonzept erarbeitet werden, in dem symptombezogene Aspekte **und** kausale Hintergründe berücksichtigt werden.

Akupunktur, homöopathische Mittel, Hypnose oder ein diätetisches Gespräch sowie

seelische und geistige Aspekte werden mit einbezogen. Natürlich ist die begleitende Therapie wichtig, um auch hintergründig etwas zu verändern. So entstand die ganzheitliche Kopfbehandlung (**Ganz. KoBe**) in der diese Ergänzungstherapien und ihre Aspekte berücksichtigt werden.

(Hierzu später gerne mehr.)

Aber das Durchbrechen des Teufelskreises zwischen Anspannung, Stress, Schonhaltung und Hypertension in den verschiedenen Geweben mittels der **Man. KoBe** ändert auch schon ursächlich die Situation des Patienten, auch ohne ergänzende Verfahren und Hintergrundwissen.

Mein zentrales Anliegen ist, dass wir uns zurückbesinnen sollten auf den Ursprung des Wortes: Be-Hand-lung. Wenn wir in unserer Arbeit wieder mehr „Hand anlegen“, unterscheiden wir uns deutlich von den ausgetretenen Pfaden der Allopathie. Wir bieten so unseren Patienten eine echte Alternative und erzielen auch noch eine starke Anbindung durch die hohe Qualität der Arbeit, die viel mehr erfasst als das Verabreichen eines Medikamentes.

Auch im Anbetracht der Entwicklungen im Gesundheitsbereich, den Verordnungen für Physiotherapeuten, boomender Wellnessangebote und steigender Medikamentenpreise, können wir einen Erfolg versprechenden therapeutischen Ansatz für Kopfschmerz- und Migränepatienten mit manuellen Techniken liefern.

Die **Man. KoBe**, bietet hier einen äußerst variablen und in ihrer feinen Abstimmung sehr erfolgreichen Weg der manuellen Therapie.

„Legt Hand an und es wird euch geholfen“.