

Dorn-Methode

Die Verbindung von Halswirbelsäule und Hörorgan

Ein Pfeifen im Ohr, in der Fachsprache Tinnitus aurium genannt, kann durch einen Knall oder bei einem Besuch einer lauten Grossveranstaltung plötzlich auftreten, von selbst wieder verschwinden oder dauerhaft bestehen bleiben. Die Ursachen können sehr vielfältig sein, oftmals treten die Symptome auch ohne erkennbaren Grund auf. Die Beschwerden können so stark ausgeprägt sein, dass sie sogar den Alltag und die Lebensqualität erheblich einschränken, v. a. bei PatientInnen, die unter einem chronischen Tinnitus leiden. Der Tinnitus kann sich unterschiedlich äussern: Brummen, Pfeifen, Summen, einseitig oder in beiden Ohren, mit unterschiedlichen Lautstärken und kann auch mit einem Hörverlust einhergehen.

Neben den primären bzw. idiopathischen Ursachen kann ein sekundärer Tinnitus auch als Folge anderer Grunderkrankungen oder Traumata entstehen. Dazu zählen z. B. eine chronische Mittelohrentzündung, ein geplatztes Trommelfell, Kiefergelenkdysfunktionen, arterielle Hypertonie, Morbus Menière, Nebenwirkungen von Medikamenten (z. B. Antibiotika) oder Einengungen des Gehörgangs. Psychische Ursachen, wie Stress oder psychische Belastungen sind nicht gesichert, können aber den Krankheitsverlauf negativ beeinflussen. Weitere Ursachen können Dysfunktionen und Nervenreizungen im Bereich der oberen Halswirbelsäule sein.

Zur Behandlung bietet sich die symptomatische oder kausale Therapie an. Differenzialdiagnostisch sollte eine ärztliche Untersuchung durchgeführt werden, um schwerwiegende Ursachen frühzeitig zu erkennen und die adäquate Therapie einzuleiten. Bei chronischem Tinnitus, der neben den körperlichen auch psychische Belastungen verursachen kann, bestehen die Beschwerden länger als 3 Monate. Neben den schulmedizinischen können auch komplementärmedizinische Therapiemethoden angezeigt sein.

Eine Behandlungsalternative stellt die Dorn-Methode dar, die nach seinem Begründer, Dieter Dorn (1938 - 2011), benannt ist: Die Methode Dorn ist einfach, – einfach zu verstehen und einfach anzuwenden. Es handelt sich dabei um eine sanfte Methode zur Korrektur von Fehlstellungen der Wirbel und Gelenke. Falsch stehende Wirbel werden mit einem Daumendruck auf ihre Dorn- und /oder Querfortsätze in die richtige Position geschoben. Und während das geschieht, bewegen Sie sich als PatientIn so, dass die Muskeln, die den betreffenden Wirbel umgeben, ständig in Bewegung sind. Das bewirkt, dass die Muskeln



auf ganz natürliche Weise etwas lockerer werden und sozusagen einen Moment lang loslassen. In genau diesem Moment kann der Wirbel mit sanftem Druck wieder in die richtige Position geschoben werden. Und weil es sich um eine natürliche Bewegung handelt, ist gleichzeitig gewährleistet, dass die Muskeln nicht zu weit loslassen. Es besteht also keine Gefahr, dass der Wirbel über seine Normalposition hinausgeschoben oder gedrückt wird.

Grundsätzlich zählt die Dorn-Therapie zu den Heilbehandlungen, die nur von ausgebildetem Fachpersonal ausgeführt werden darf. Weil die Dorn-Therapie – korrekt angewendet – keinen Schaden anrichten kann, bietet sie sich auch zur Selbstbehandlung an. In eigener Verantwortung dürfen Laien sich selbst und ihren Freunden und Verwandten helfen, sofern die Hilfe spontan, gelegentlich und unentgeltlich erfolgt. Wenn ein Laie einem Interessierten die Dorn-Therapie vorführen möchte, darf er die Methode demonstrieren. Die Dorn-Methode kann auf unterschiedliche Art positiv wirken und den Tinnitus nachhaltig verbessern oder im Idealfall komplett reduzieren.

«Durch die Dorn-Methode werden Wirbelblockaden sanft gelöst.»

Die ganzheitliche Dorn-Methode beruht auf den Verbindungen zwischen Wirbel-Gelenke-Organen-Nerven und kann mit anderen Methoden, wie z. B. der Breuss-Massage oder TCM kombiniert werden. Auch die psychischen Auswirkungen durch Wirbelverschiebungen werden durch empirische Datenerhebungen beschrieben und können auf den Krankheitsverlauf des Tinnitus Einfluss nehmen.

Kurshinweis

Ab 18.10. – 16.11.2023

«Dorn-/Breuss-Therapie
Kompetenz Erweiterung»
Module 1-3

Zoltan Urbanyi

Zoltan Urbanyi ist Physiotherapeut/Manualtherapeut mit zahlreichen Fortbildungen sowie Master HealthCare Management. Er arbeitet als Schulleiter einer Physiotherapieschule und leitet Fort- und Weiterbildungen im Bereich Dorn-Therapie und Nervenmobilisation, hochschulische Lehrveranstaltungen im Bereich Qualitätsmanagement und Medizin für Nichtmediziner.

«Wenn ich anatomische Kenntnisse gehabt hätte, hätte ich alles so kompliziert gesehen, dass ich mich vieles nicht getraut hätte.»

D. Dorn

Vor allem die obere Halswirbelsäule weist Verbindungen mit dem Hörorgan und den umliegenden nervalen und somatischen Strukturen auf. Ebenso sind Fehlstellungen und Dysfunktionen des Kiefergelenkes und dadurch auch des Schultergürtels Einflussfaktoren des Tinnitus. Im weitesten Sinne können Statik, Wirbelsäulenform und Beinlänge Auswirkungen auf die Stellung des Kopfes und damit auch auf alle dort lokalisierten Strukturen und Funktionen haben. Aus diesem Grunde bilden Statik und Beinlängen eine grundlegende Bedeutung für somatische und viszerale Beschwerden und deren Behandlung durch die Dorn-Methode.

Zur Behandlung eines Tinnitus können gezielte Techniken an der Halswirbelsäule und am Kiefergelenk durch den/die TherapeutIn oder als Selbsthilfeübungen durch den/die PatientIn selbst angewendet werden. Eine ausführliche Befunderhebung ist dabei obligatorisch und sollte nur von ausgebildeten Dorn-TherapeutInnen durchgeführt werden, um den Betroffenen, die gezielten Massnahmen und Selbsthilfeübungen anleiten zu können. Neben der Lösung von Wirbelblockaden und Zentrierung der Gelenke können durch sanften Druck die Nervenleitung verbessert und auch die Meridiane positiv beeinflusst werden. Die Eigenübungen sind einfach und können jederzeit und überall von den PatientInnen durchgeführt werden. Dazu zählen die Zentrierung des Kiefergelenkes, Halswirbels, Schultergürtels und des Schultergelenkes sowie die Technik zur Korrektur der Beinlänge. Die Breuss-Massage führt zu einer muskulären Detonisierung und Verbesserung des Energieflusses.

Die ganzheitliche Betrachtung des Patienten und seiner Beschwerden spiegelt sich auch in jeder Behandlung wider. Zu Beginn jeder Behandlung wird die Beinlänge kontrolliert und korrigiert, um eine ausgeglichene Statik zu erreichen. Danach können die patientenspezifischen

Beschwerden betrachtet werden. Beim Tinnitus könnte dies eine Lösung des Bewegungssegmentes zwischen Occiput bis zum 3. Halswirbel, die Korrektur des cervicothorakalen Übergangs, der acromioclaviculären und sternoclaviculären Gelenke, Korrektur des Kiefergelenkes bei Mundöffnung und -schliessung, Verbesserung der muskulären Balance zwischen Schulter-Nacken sowie die Erhöhung des Energieflusses der Meridiane bedeuten.

Um einen nachhaltigen Behandlungserfolg zu erzielen, sollte der/die PatientIn die beschwerdeauslösenden Faktoren – soweit als möglich – reduzieren sowie die beschwerdelindernden Übungen selbst durchführen und den/die TherapeutIn zur Kontrolle regelmässig aufsuchen. Die Dorn-Methode kann als gute Ergänzung zur klassischen schulmedizinischen Therapie eingesetzt werden und eine individuelle Behandlungsmöglichkeit darstellen.

Zoltan Urbanyi

Literaturverzeichnis

Koch, H./Steinhauser, H.: Dorn-Therapie, 4. Auflage, 2015, Haug-Verlag
H. Koch; H. Steinhauser: Die Dorn-Therapie-Grundlagen und praktische Durchführung, 5. Auflage, 2017, ML Verlag)

Dieter Dorn: Die ganzheitliche Methode Dorn, Integral, 2007, ISBN: 978-3-7787-9184-4

www.gesundheitsinformation.de/ohrgeraeusche-tinnitus.html
(Zugriff am 06.06.2023)

dorntherapie.blog/das-ohrenpfeifen-tinnitus-einfach-verringern/
(Zugriff am 06.06.2023)

Zoltan Urbanyi

M.A. Health Care Management | Schulleitung Physiotherapie
Physiotherapeut | Standortkoordination
T +49 6021 5849316 | zoltan.urbanyi@ib.de