

Metodo Dorn

Il legame tra le vertebre cervicali e l'organo uditivo

Un ronzio nell'orecchio, chiamato nel linguaggio medico Tinnitus aurium, può comparire improvvisamente a causa di un botto o durante la partecipazione a una grande manifestazione rumorosa, scomparire di nuovo da solo o rimanere in modo permanente. Le cause possono essere molto diverse, spesso i sintomi si manifestano anche senza un motivo apparente. Il disturbo può essere talmente forte da limitare in modo significativo la vita quotidiana e la qualità di vita, soprattutto nei pazienti affetti da tinnito cronico. Il tinnito può manifestarsi in diversi modi: con ronzii, fischi o scrosci di pioggia con volumi diversi, in uno o in entrambe le orecchie, e comportare una perdita dell'udito.

Oltre alle cause primarie o idiopatiche, può inoltre insorgere un tinnito secondario, anche quale conseguenza di traumi o di altre malattie, tra cui ad esempio un'otite media cronica, la rottura del timpano, le disfunzioni dell'articolazione temporo-mandibolare, l'ipertensione arteriosa, la sindrome di Menière, gli effetti collaterali di medicinali (ad es. antibiotici) o restringimenti del canale uditivo. Le cause psichiche come lo stress o le tensioni psicologiche non sono certe, ma esse possono avere un impatto negativo sul decorso della malattia. Altre cause possono essere le disfunzioni e le irritazioni dei nervi cervicali superiori.

Per il trattamento si può ricorrere a una terapia sintomatica o causale. Per stabilire una diagnosi differenziale è necessario effettuare un esame medico al fine di identificare tempestivamente eventuali cause gravi e avviare una terapia adeguata. In caso di tinnito cronico, che oltre ai disturbi fisici può causare anche un disagio psichico, i sintomi durano più a lungo di tre mesi. Oltre alla medicina tradizionale, possono essere indicati anche metodi terapeutici della medicina complementare.

Un possibile trattamento alternativo è il metodo Dorn, che prende il nome dal suo ideatore Dieter Dorn (1938-2011). «Il metodo Dorn è semplice, semplice da comprendere e semplice da applicare. È un metodo delicato per correggere le deformazioni della colonna vertebrale e i problemi alle articolazioni. Le vertebre che non sono nella loro posizione normale sono riportate nella posizione corretta premendo con il pollice sui rispettivi processi spinosi e/o trasversi. Nel frattempo la persona che riceve il trattamento si muove in modo tale che i muscoli collegati con la rispettiva vertebra siano costantemente in movimento. Questo fa sì che i muscoli si distendano un po', allentandosi per un attimo.



Proprio in questo momento la vertebra può essere di nuovo spinta con una leggera pressione nella posizione corretta. E poiché si tratta di un movimento naturale, si assicura altresì che i muscoli non si allentino troppo. Non sussiste quindi il pericolo che la vertebra venga spostata oltre la sua posizione normale o sia schiacciata».

«In linea di massima la terapia Dorn è un trattamento terapeutico che può essere effettuato solo da operatori appositamente formati. Poiché, se applicato correttamente, questo metodo non può fare danni, esso è indicato anche per l'autotrattamento. Assumendosene la responsabilità anche le persone che non hanno seguito una formazione sulla terapia Dorn possono aiutare sé stessi, i loro parenti e gli amici a condizione che l'aiuto sia spontaneo, occasionale e gratuito. Se un(a) dilettante desidera presentarla a una persona interessata, può mostrare il metodo.»

«Il metodo Dorn consente di sciogliere dolcemente i blocchi lungo la colonna vertebrale.»

Il trattamento Dorn può avere diversi effetti positivi, migliorando il tinnito durevolmente o, nel caso ideale, riducendolo completamente. Questo metodo olistico si basa sui collegamenti tra vertebra-articolazioni-organismi-nervi e può essere combinato con altri metodi, quali ad esempio il massaggio Breuss o la medicina tradizionale cinese (MTC). Anche gli effetti sul piano psichico dovuti agli spostamenti delle vertebre sono descritti attraverso la raccolta di dati empirici e possono influire sul decorso del tinnito.

Soprattutto le vertebre cervicali hanno collegamenti con l'organo uditivo e le circostanti strutture nervose e somatiche. Anche le deformazioni e le disfunzioni dell'articolazione temporo-mandibolare e quindi anche della cintura/cingolo scapolare sono fattori che influenzano il tinnito. Nel senso più ampio la statica, la forma della colonna vertebrale e la lunghezza delle gambe possono avere un impatto sulla posizione della testa e quindi anche su tutte le strutture e funzioni qui localizzate. Per questa ragione la statica e la lunghezza delle gambe sono di fondamentale importanza per i problemi somatici e viscerali e per il loro trattamento con il metodo Dorn.

Per il trattamento del tinnito la/il terapeuta può utilizzare tecniche mirate sulla colonna vertebrale cervicale e l'articolazione della mascella oppure la persona stessa può aiutarsi con degli esercizi. A questo scopo è obbligatoria un'anamnesi dettagliata, che dovrebbe essere effettuata solo da un(a) terapeuta che ha seguito una formazione sul metodo Dorn, al fine di spiegare alla persona interessata le misure specifiche e gli esercizi di auto-aiuto. Oltre a sciogliere i blocchi vertebrali e riallineare le articolazioni, con una leggera pressione è possibile migliorare la conduzione nervosa e influenzare in modo positivo i meridiani. Gli esercizi di auto-aiuto sono semplici e possono essere svolti in qualsiasi momento e luogo. Tra questi vi sono la centratura dell'articolazione della mandibola, delle vertebre cervicali, della cintura scapolare e dell'articolazione della spalla, come pure le tecniche per la correzione della lunghezza delle gambe. Il massaggio Breuss consente di rilassare la muscolatura (detonificazione) e migliorare il flusso di energia.

L'approccio olistico nella cura del paziente e dei suoi sintomi si riflette anche in qualsiasi trattamento. All'inizio di ogni trattamento viene controllata e corretta la lunghezza delle gambe affinché la statica risulti equilibrata. In seguito si

Zoltan Urbanyi

Zoltan Urbanyi è fisioterapista/terapista manuale con numerose formazioni supplementari e un Master in HealthCare Management. Dirige una scuola di fisioterapia e corsi di formazione e formazioni continue nell'ambito della terapia Dorn e della mobilizzazione dei nervi, corsi universitari di gestione della qualità e di medicina per non medici.

«Se avessi avuto conoscenze di anatomia, avrei guardato tutto in maniera complicata e non avrei osato fare molte cose.»

D. Dorn

possono trattare i problemi specifici del(la) paziente. Nel caso del tinnito questo potrebbe significare lo scioglimento del segmento mobile tra la zona occipitale fino alla terza vertebra cervicale, la correzione della giunzione cervico-to-racica, delle articolazioni acromio-clavicolari e sterno-clavicolari, la correzione dell'articolazione temporo-mandibolare all'apertura e chiusura della bocca, il miglioramento dell'equilibrio muscolare tra spalla e nuca, nonché il miglioramento del flusso energetico dei meridiani.

Affinché la terapia abbia successo nel tempo, la/il paziente dovrebbe, per quanto possibile, ridurre i fattori che causano i problemi, come pure svolgere da solo gli esercizi che alleviano i sintomi e recarsi regolarmente dal(la) terapeuta per un controllo. Il metodo Dorn può essere utilizzato quale valido complemento alla terapia classica della medicina tradizionale e costituire un'opportunità di trattamento individuale.

Zoltan Urbanyi

Bibliografia

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 | Direttore scuola di fisioterapia
Fisioterapista | Coordinatore
T +49 6021 5849316 | zoltan.urbanyi@ib.de