



Patienteninformation: Vaginismus behandeln mit Osteopathie.

Um zu verstehen, warum Osteopathie auch Vaginismus positiv unterstützen kann, sei kurz der Grundgedanke der Osteopathie erklärt:

Der Grundgedanke der Osteopathie ist, dass idealerweise alle Gewebe des Körpers über Bewegung harmonisch miteinander kommunizieren und ausbalanciert sind. Ist nun die Beweglichkeit einzelner Körperstrukturen wie Nerven, Knochen, Faszien, Sehnen, Muskeln, Gefäßen oder Organe eingeschränkt, kann dies zu Störungen, Schmerzen, Beschwerden, Bewegungseinschränkungen und Veränderungen führen. Das Ziel des Osteopathen ist, die lebensnotwendige Bewegungsfähigkeit und das Gleichgewicht des Körpers zu bewahren oder wiederherzustellen und Spannungen, Verklebungen und sonstige Störfelder zu lösen.

Vaginismus, eine unwillkürliche Verkrampfung der Vagina und des gesamten Beckenbodens, macht nicht nur den Geschlechtsverkehr extrem schmerzhaft, sondern auch das Einführen eines Tampons. Auch die Untersuchungen beim Gynäkologen können unangenehm bis schmerzhaft sein. Um individuell herauszufinden, wo eine Blockade, Einschränkung, Verklebung oder ein Ungleichgewicht im System vorliegt, nimmt der Osteopath über Faszienzüge mit seinen Händen einen Befund auf. Faszien sind bindegewebige Strukturen, die unseren Körper als ein verbindendes Spannungsnetzwerk dreidimensional von Kopf bis Fuß umhüllen. Häufig ist die Lenden-Becken-Hüft-Region (LBH-Region) verspannt, die Frauen leiden zusätzlich an Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, vor allem während der Menstruation. In dieser Region entspringt ein wichtiges Nervengeflecht, der Plexus lumbosacralis, aus dem sich der Nervus Pudendus abspaltet, der die Beckenbodenmuskulatur innerviert, insbesondere den Musculus levator ani. Dieses Muskelgeflecht ist dafür verantwortlich, dass wir das Becken in seiner Tiefe an- und auch wieder entspannen können.

Auch auf die Beckenorgane Blase, Gebärmutter, Enddarm und Dünndarm kann sich die Spannung des Vaginismus auswirken. Bewegen diese Organe sich untereinander nicht frei, ziehen sie über Bänder am Kreuzbein und an der Lendenwirbelsäule und es können Schmerzen entstehen, auch Schlafstörungen und Verdauungsprobleme sind dadurch erklärbar. Unterstützend ist, dass Sie als Patient sich und dem Gewebe Zeit für den Lösungsprozess geben und den Heilungsprozess durch eigene Wahrnehmungsübungen zu Hause unterstützen. In unserer Praxis gilt absolute Diskretion und Achtsamkeit im Umgang mit unseren Patienten.

