

# Die sanfte manuelle Wirbelsäulenthherapie nach Dorn und Breuss

„Krumm und schmerzgeplagt gehen sie rein, aufrecht, schmerzlos und glücklich wieder raus“, das ist fast normal bei einer DORN-Behandlung. Auf eine sanfte, einfühlbare aber auch kraftvolle Art werden die verschobenen Wirbel und Gelenke wieder an ihren idealen Platz zurückgeschoben. Meist verwendet der Therapeut nur die Hände, manchmal auch ein Hilfsgerät. Medikamente oder Schmerzmittel werden nicht verwendet.“

( Zitat: Helmut Koch, Lindau)

## Dieter Dorn

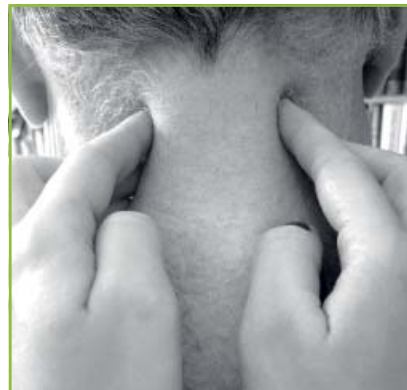
Die Dorn-Methode wurde vor über 30 Jahren vom bayerischen Landwirt und Sägewerksbesitzer Dieter Dorn am eigenen Leibe erfahren und weiterentwickelt. Dorn hatte chronische Rückenbeschwerden – Folge jahrelanger körperlicher Belastung. Erste Handgriffe erlernte er von einem sogenannten „Knochenbrecher“, die damals in ländlichen Gegenden zu finden waren. Dorns eigenes Empfinden war, dass an seinem Rücken so effektiv „herumgedrückt“ wurde, dass er schmerzfrei nach Hause gehen konnte. Dorn erarbeitete aus den erlernten Handgriffen mit Hilfe seines „gesunden Menschenverstandes“ und hervorragender Beobachtungsgabe die Methode, die heute seinen Namen trägt.

Das alternative Verfahren fand zunächst nur als Selbsthilfe in der eigenen Familie Anwendung. Seine Frau, die an schweren Migräne-Anfällen gelitten hatte, konnte Dorn mit wenigen Handgriffen durch das Einrichten der Halswirbelsäule von ihren Beschwerden befreien. Schnell sprach sich der große Erfolg dieser Methode herum und der Zulauf von schmerzgeplagten Wirbelsäulenpatienten nahm immer mehr zu. Der Engeltrieder Orthopäde Dr. med. Thomas Hansen holte Dorn Anfang der 80-er Jahre in seine Begegnungsstätte „Hochreute“ und ermöglichte ihm dort, über die Dorn-Methode zu berichten und das Wissen einem größeren Therapeutenkreis zugänglich zu machen. Alle Dorn-Ausbilder der ersten Generation durchliefen dreitägige Seminare und begründeten die Basis der heutigen Dorn-Bewegung. Helmut Koch, Harald Fleig und Dr. Michael Graulich – um nur einige der bekanntesten Namen zu nennen – waren an der

Weiterentwicklung und Verbreitung der Dorn-Methode maßgeblich beteiligt.

## Die Dorn-Methode

Die Dorn Methode unterscheidet sich von „herkömmlichen“ Therapieformen wie z.B. der Chiropraktik dadurch, dass sie keine ruckartigen Handgriffe und Streckbewegungen verwendet. Auch geschieht die Reponation eines Wirbels oder Gelenkes nie aus der Ruhestellung heraus, sondern immer in der Dynamik – also in der Bewegung. Bei der Behandlung spielen



Handgriff nach Dorn

Pendelbewegungen mit Armen und Beinen eine große Rolle. Gearbeitet wird mit sanftem, aber durchaus kräftigem Daumen- und Fingerdruck (Wirbelsäule) und über dynamische Kompression (Gelenke). Diese Korrekturen sind für den Körper weniger traumatisch als ein „Einrenken“. Es entstehen keine Mikro-Verletzungen an Muskeln oder Bändern.

Vorteile dieser Methode sind ihre schnelle Wirksamkeit und das geringe Verletzungsrisiko. Sie ist schnell zu erlernen und verfügt über eine Vielzahl von Selbsthilfeübungen, die jeder selbst an sich

anwenden und so den Therapieerfolg noch erhöhen kann.

Besonderer Wert wird auf die Korrektur der Beinlänge gelegt. 98 % aller verkürzten Beine sind auf eine Fehlstellung im Hüftgelenk bzw. Blockaden im Becken und der unteren Wirbelsäule zurückzuführen. Ein schiefes Becken kann die Wirbelsäule von unten nach oben instabil machen und für Wirbelverschiebungen bis hin zum Atlas sowie starken Muskelverspannungen und den damit verbundenen Schmerzen führen. Der Dorn-Therapeut beginnt seine Arbeit immer mit der Beinlängenkorrektur und arbeitet sich dann systematisch bis zur Halswirbelsäule nach oben. Oft wird schon nach wenigen Behandlungen eine wesentliche Besserung der Beschwerden erreicht.

Aber die Dorn-Methode kann noch mehr: Aufgrund der aus der Wirbelsäule austretenden Spinalnerven und der Nähe zu den vegetativen Anteilen unseres Nervensystems kann sich eine Blockade auch auf der Organ-Ebene als chronisch-rezidivierende bzw. funktionale Störung bemerkbar machen. Es lohnt sich daher durchaus, einen Reizmagen, eine Sehinderung oder auch asthmatische Beschwerden mit der Dorn-Methode über die Wirbelsäule zu behandeln.

Indikationen sind u.a.: Beinlängendifferenz, Beckenschiefstand, Skoliose, Wirbelsäulenbeschwerden, Bandscheibenproblematiken, Schmerzsyndrome, Gelenkbeschwerden, Migräne, Tinnitus, chronische Sinusitis, funktionelle Beschwerden der inneren Organe wie Magen, Lunge, Herz, Menstruationsbeschwerden u.v.m.

## Rudolf Breuss

Die Breuss-Massage wurde vom österreichischen Heiler Rudolf Breuss (1899 – 1990) entwickelt. Er beschäftigte sich intensiv mit den Selbstheilungskräften des menschlichen Körpers und wurde durch seine „42-Tage-Saft-Fasten-Kur“ international bekannt. Harald Fleig hat die Breuss-Massage erlernt und sie mit der Dorn-Methode zusammengebracht. Seither werden beide Methoden zusammen angewandt und gelehrt.

## Die Breuss-Massage

... ist eine energetisch-manuelle Wirbelsäulenmassage, die seelische und körperliche Blockaden auflösen kann. Sie fördert auch die Regeneration von unterversorgten Bandscheiben. Breuss ging davon aus, dass es keine „verbrauchten“, sondern lediglich „degenerierten“ Bandscheiben gibt.

Im Gegensatz zur medizinischen Lehrmeinung war Breuss der Überzeugung, dass eine Bandscheibenregeneration in den meisten Fällen möglich ist. So entwickelte er die nach ihm benannte Massage. Er verglich degenerierte Bandscheiben mit einem trockenen, zusammengedrückten Schwamm, der wieder aufquellen und elastisch werden kann, wenn er in eine Schale mit Wasser gelegt wird. Das Johanniskraut-Öl wird so tief in das Gewebe einmassiert, dass es dort eine Tiefenwirkung entfalten und den Flüssigkeitsaustausch der Bandscheiben mit dem sie umgebenden Gewebe positiv beeinflussen kann. Somit können diese ihre Elastizität wiedergewinnen. Bei starken Verspannungen, Schmerzen, schwer verschiebbaren Wirbeln und chronischen Wirbelsäulenproblemen ist die Breuss-Massage auch eine sehr gute Vorbereitung für die Dorn-Behandlung, bzw. der ideale Ausklang nach der Reponation.

Die Breuss-Massage schenkt tiefe Entspannung, angenehme Wärme und ist leicht zu erlernen. Sie wirkt wohltuend auf Körper und Seele. Das Johanniskraut-Öl als Träger der Sonnenenergie wirkt ausgleichend auf das vegetative Nervensystem, krampflösend, energiespendend, beruhigend und schmerzstillend. Indikationen sind u.a.: Bandscheibenleiden, Schlafstörungen, Schmerzsyndrome, Angstzustände, Depressionen, Verspannungen, Hyperaktivität bei Kindern, Berührungängste u.v.m.

## Therapeutensuche und Ausbildung

Fachkreise und Patienten sind sich einig: Diese tolle Methode muss möglichst vielen Menschen zugänglich gemacht werden. Immer öfter berichten Seminarernehmer, dass Orthopäden die Behandlung nach der Dorn-Methode auf Rezept verordnen – ein Zugeständnis der Schulmedizin an die Erfahrungsheilkunde! Deshalb ist es unbedingt erforderlich, dass die Therapeuten gut ausgebildet werden.

Da die Methode nicht gesetzlich geschützt ist, bieten leider immer wieder selbsternannte und wenig erfahrene Seminarleiter Dorn-Seminare zu Dumping-Preisen und mit verfälschten Inhalten an. Solche schwarzen Schafe bringen die Methode und die Dorn-Therapeuten in Verruf. Eine gewisse Qualitätskontrolle bietet die Liste der von Dorn empfohlenen Ausbilder und Therapeuten, die der Dorn-Finder ([www.dornfinder.org](http://www.dornfinder.org)) kostenlos zur Verfügung stellt.

Die Grundausbildung findet i.d.R. in einem Wochenendseminar über 16 Stunden statt und bietet ausreichend Raum für praktisches Üben. Das Seminar vermittelt die gesamte Dorn-Methode, alle Gelenktechniken, die Selbsthilfeübungen und die Breuss-Massage. Einige Ausbilder bieten auch Aufbau-Seminare zur weiteren Vertiefung an.

Die Kombination mit anderen Therapiemethoden – je nach Fachgebieten des Therapeuten – ist möglich, manchmal sogar unerlässlich. Ein guter Dorn-Therapeut gibt dem Patienten immer die Selbsthilfeübungen an die Hand. Das Ziel der Dorn-Methode ist in erster Linie, Hilfe zur Selbsthilfe zu geben. Die Kosten für eine solche Behandlung sind sehr unterschiedlich. Moderate Preise liegen zwischen 30 und 60 Euro für Dorn-Behandlung und Breuss-Massage bei einer Dauer zwischen 1 und 2 Stunden.

## Resümee

Die sanfte manuelle Wirbelsäulenthherapie nach Dorn und Breuss stellt einen wichtigen Beitrag zur Volksgesundheit dar. Schon bei Kindern kann eine ausgerichtete Wirbelsäule Grundlage für eine gesunde Entwicklung sein. Mögliche Fehlstellungen und Verformungen des Bewegungsapparates sind im jugendlichen Alter noch gut zu beheben. So kann vorbeugend manche chronische Leidensgeschichte verhindert werden.

■ Simone Weber

## Simone Weber

Heilpraktikerin und Empfohlene Ausbilderin für die Dorn-Methode.

**Kontakt:** [info@simoneweber.de](mailto:info@simoneweber.de)

