

# Lehrbuch Dorn-Therapie

Mit Skribben und Breuß-Massage

Bearbeitet von  
Olaf Breidenbach, Rebecca Erlewein

4., überarbeitete und erweiterte Auflage 2015. Buch. Rund 136 S. Gebunden

ISBN 978 3 8304 7713 6

Format (B x L): 17 x 24 cm

[Weitere Fachgebiete > Medizin > Komplementäre Medizin, Asiatische Medizin \(TCM\),  
Heilpraktiker](#)

Zu [Leseprobe](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung [beck-shop.de](http://beck-shop.de) ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

# Inhaltsverzeichnis

---

Vorwort zur 4. Auflage . . . . .	5
Vorwort zur 1. Auflage . . . . .	6

## Teil 1

### Dorn-Therapie und Skribben

<b>1 Einführung</b> . . . . .	14
1.1 Geschichte . . . . .	14
1.2 Was ist die Dorn-Methode? . . . . .	15
1.3 Wichtige Begriffe . . . . .	16
1.3.1 Blockade. . . . .	16
1.3.2 Luxation, Subluxation . . . . .	17
1.3.3 Korrektur, Richten . . . . .	17
1.3.4 Dermatome und Head-Zonen . . . . .	17
1.4 Hilfsmittel. . . . .	19
1.4.1 Brettchen zum Pendeln . . . . .	19
1.4.2 Schieber . . . . .	20
1.4.3 Standhilfen . . . . .	20
1.4.4 Elektrische Massagegeräte . . . . .	21
1.4.5 Zusammenfassung. . . . .	22
<b>2 Anatomische Grundlagen</b> . . . . .	23
2.1 Wirbelsäule . . . . .	23
2.1.1 Struktur . . . . .	23
2.1.2 Aufbau der Wirbel . . . . .	24
2.1.3 Rippengelenke . . . . .	25
2.1.4 Atlas und Axis. . . . .	25
2.2 Becken. . . . .	27
2.2.1 Aufbau. . . . .	27
2.2.2 Iliosakralgelenke . . . . .	28
2.2.3 Hüftgelenk . . . . .	29
2.3 Schultergürtel . . . . .	30
2.3.1 Aufbau. . . . .	30
2.3.2 Klavikulargelenke. . . . .	30
2.3.3 Schulterblatt . . . . .	30
2.3.4 Schultergelenk . . . . .	31
2.4 Gelenke der Extremitäten . . . . .	31
2.4.1 Gelenke des Ellbogens. . . . .	31
2.4.2 Proximales Handwurzelgelenk . . . . .	31
2.4.3 Kniegelenk . . . . .	32
2.4.4 Gelenke des Fußes . . . . .	32
2.4.5 Zehen- und Fingergelenke . . . . .	32
2.5 Hinweise zum Kiefergelenk . . . . .	32

<b>3</b>	<b>Pathophysiologische Aspekte</b>	33
3.1	Hinweise zu Gelenkbewegungen	33
3.2	Wirbel- und Gelenkblockaden aus schulmedizinischer Sicht	33
3.2.1	Biomechanisches Blockadekonzept	33
3.2.2	Befunde	34
3.2.3	Ursachen	34
3.3	Theorie der Dorn-Therapie	35
3.3.1	Bedeutung der Beinlängendifferenz	35
3.3.2	Hüftgelenkblockade	35
3.3.3	Blockaden der Iliosakralgelenke	36
3.3.4	Blockaden von Knie- und Sprunggelenk	36
3.3.5	Blockaden von Ellbogengelenk, Handgelenk, Finger- und Zehngelenken	36
3.3.6	Blockaden der Brust- und Lendenwirbel	36
3.3.7	Blockaden der Halswirbel	37
3.4	Entsprechungen aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)	37
3.4.1	Diagnosekonzepte	37
3.4.2	Bedeutung der Gelenke	38
3.4.3	Bedeutung der Mittelachse	38
3.4.4	Zusammenhänge zwischen Wirbelblockaden, Funktionskreisen und ihrer Symptomatik	38
3.4.5	Behandlung von Schmerzen des Bewegungsapparats	40
3.4.6	Seelische Ursachen und Begleiterscheinungen bei Wirbel- und Gelenkblockaden	46
3.4.7	Schlussfolgerungen für die Praxis	46
<b>4</b>	<b>Indikationen</b>	47
4.1	Schmerzen des Bewegungsapparats	47
4.1.1	Rückenschmerzen	47
4.1.2	Skoliosen, Morbus Scheuermann, Morbus Bechterew	47
4.1.3	Arthrosen	48
4.1.4	Beschwerden von HWS, Schultergürtel und oberer Extremität	48
4.1.5	KISS-Syndrom (Kopfgelenkinduzierte Symmetriestörung)	48
4.1.6	Knieschmerzen	49
4.2	Weitere Beschwerden	50
4.2.1	Herzrhythmusstörungen	50
4.2.2	Morbus Menière und Schwindel	50
4.2.3	Kopfschmerzen	50
4.2.4	Empfindungsstörungen der Arme und Hände	51
4.2.5	Karpaltunnelsyndrom	51
<b>5</b>	<b>Kontraindikationen</b>	52
5.1	Relative Kontraindikationen	52
5.1.1	Schwangerschaft	52
5.1.2	Patienten mit Hämophilie oder unter Antikoagulationstherapie	52
5.1.3	Osteoporose	52
5.1.4	Nicht operationsbedürftige Bandscheibenvorfälle	52
5.1.5	Tumoren	53
5.1.6	Gleitwirbel	53
5.2	Absolute Kontraindikationen	53
5.2.1	Frakturen	53
5.2.2	Eingeschränkte Schmerz Wahrnehmung, Bewusstseinsstörung	53

5.2.3	Knochentumoren, Myelome, Metastasen . . . . .	53
5.2.4	Cauda-equina-Syndrom . . . . .	53
<b>6</b>	<b>Diagnostik . . . . .</b>	<b>54</b>
<b>6.1</b>	<b>Abklärung von Rückenschmerzen . . . . .</b>	<b>54</b>
6.1.1	Anamnese . . . . .	54
6.1.2	Untersuchung . . . . .	55
<b>6.2</b>	<b>Hinweise zu häufig mit Rückenschmerzen verbundenen Krankheitsbildern . . . . .</b>	<b>55</b>
6.2.1	HWS-Syndrom und zervikaler Bandscheibenvorfall . . . . .	55
6.2.2	BWS-Syndrom . . . . .	55
6.2.3	LWS-Syndrom und lumbaler Bandscheibenvorfall . . . . .	56
6.2.4	Osteoporose . . . . .	57
6.2.5	Morbus Scheuermann . . . . .	57
6.2.6	Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises . . . . .	57
<b>6.3</b>	<b>Wichtige Tests und Zeichen . . . . .</b>	<b>57</b>
<b>6.4</b>	<b>Differenzialdiagnose verschiedener Schmerzbilder (Übersicht) . . . . .</b>	<b>58</b>
<b>6.5</b>	<b>Dokumentation und Beurteilung des Heilungsverlaufs . . . . .</b>	<b>59</b>
<b>7</b>	<b>Diagnose und Behandlung unter Berücksichtigung möglicher Fehlerquellen . . . . .</b>	<b>60</b>
<b>7.1</b>	<b>Am liegenden Patienten . . . . .</b>	<b>60</b>
7.1.1	Überprüfung der Beinlängen . . . . .	60
7.1.2	„Hüftgelenkübung“ . . . . .	61
7.1.3	Behandlung des Kniegelenks . . . . .	62
7.1.4	Behandlung des Sprunggelenks . . . . .	63
7.1.5	Beweglichkeitsprüfung der Iliosakralgelenke (modifiziertes Vorlaufphänomen). . . . .	63
7.1.6	Behandlung des Fibulaköpfchens (hier linkes Kniegelenk) . . . . .	64
<b>7.2</b>	<b>Am stehenden Patienten . . . . .</b>	<b>64</b>
7.2.1	Untersuchung und Behandlung von Blockaden der Iliosakralgelenke . . . . .	64
7.2.2	Untersuchung und Behandlung von Beckenverwringungen . . . . .	65
7.2.3	Behandlung der Schambeinfuge (Symphyse) . . . . .	67
7.2.4	Untersuchung und Behandlung von Lendenwirbelsäule und unterer Brustwirbelsäule (Th 7–Th 12) . . . . .	68
<b>7.3</b>	<b>Am sitzenden Patienten . . . . .</b>	<b>69</b>
7.3.1	Untersuchung und Behandlung der Brustwirbelsäule (Th 1–Th 9). . . . .	69
7.3.2	Brustwirbel nach ventral blockiert . . . . .	70
7.3.3	Untersuchung und Behandlung der Rippenwirbelgelenke . . . . .	71
7.3.4	Sonderfall erste Rippe . . . . .	72
7.3.5	Untersuchung und Behandlung der Halswirbelsäule . . . . .	73
7.3.6	Sonderfall Atlas . . . . .	75
7.3.7	Untersuchung und Behandlung der Schulterblätter . . . . .	76
7.3.8	Behandlung von Oberarm-Schultergelenk . . . . .	76
7.3.9	Behandlung der Schlüsselbeingelenke . . . . .	77
7.3.10	Behandlung der Extremitätengelenke . . . . .	77
7.3.11	Behandlung des Kiefergelenks . . . . .	79
<b>8</b>	<b>Therapeutische Besonderheiten . . . . .</b>	<b>80</b>
<b>8.1</b>	<b>Behandlung von Kindern . . . . .</b>	<b>80</b>
<b>8.2</b>	<b>Behandlung von Patienten mit Prothesen . . . . .</b>	<b>80</b>
<b>8.3</b>	<b>Behandlung von Begleiterscheinungen . . . . .</b>	<b>80</b>

8.3.1	Muskelkater . . . . .	80
8.3.2	Schwindel . . . . .	80
8.3.3	Kopfschmerzen . . . . .	81
<b>8.4</b>	<b>Tipps und Tricks</b> . . . . .	<b>81</b>
8.4.1	Vermeiden einer Überbehandlung . . . . .	81
8.4.2	Vorgehen beim „Hormonbuckel“ . . . . .	81
8.4.3	Vorgehen bei hartnäckigen Wirbelblockaden . . . . .	82
8.4.4	Hinweise zu begleitenden Aktivitäten . . . . .	82
<b>9</b>	<b>Skribben</b> . . . . .	<b>84</b>
9.1	Einführung . . . . .	84
9.2	Theorie . . . . .	84
9.3	Indikationen und Kontraindikationen . . . . .	84
9.4	Untersuchung . . . . .	84
9.5	Behandlungsablauf allgemein . . . . .	85
9.5.1	Hand-, Fuß- und Ellbogengelenke . . . . .	85
9.5.2	Kniegelenk . . . . .	86
9.5.3	Hüftgelenk . . . . .	87
9.5.4	Schulter . . . . .	88

## Teil 2

### Breuß-Massage

<b>10</b>	<b>Einführung</b> . . . . .	<b>92</b>
10.1	Wichtige Begriffe . . . . .	92
10.1.1	Druck und Zug . . . . .	92
10.1.2	„Peitschenschlag“ . . . . .	92
10.2	Material . . . . .	92
<b>11</b>	<b>Indikationen</b> . . . . .	<b>93</b>
11.1	Entspannung vor der Dorn-Behandlung . . . . .	93
11.2	Stabilisierung des Behandlungsergebnisses nach der Dorn-Behandlung . . . . .	93
11.3	Bandscheibenvorfälle und -vorwölbungen im BWS- und LWS-Bereich . . . . .	93
11.4	Weitere Schmerzzustände der LWS . . . . .	93
11.5	Chronische Sympathikotonie und vegetative Dystonie . . . . .	93
11.6	Unterstützung von geschwächten Patienten . . . . .	93
<b>12</b>	<b>Praxis</b> . . . . .	<b>94</b>
12.1	Vorbereitung . . . . .	94
12.2	Durchführung . . . . .	94
12.2.1	Schmerzprobe . . . . .	94
12.2.2	Strecken . . . . .	94
12.2.3	Strecken mittels Zangengriff . . . . .	95
12.2.4	Einrichten: Schritt 1 . . . . .	95
12.2.5	Einrichten: Schritt 2 . . . . .	96
12.2.6	Seidenpapier auflegen und ausstreichen . . . . .	98
12.2.7	Handtuch auflegen und „magnetisieren“ . . . . .	98
12.3	Breuß-Massage vor oder nach der Dorn-Behandlung? . . . . .	99

<b>13</b>	<b>Hinweise zu weiteren Verfahren der Muskellockerung.</b>	100
13.1	Massage.	100
13.2	Wärme- und Kälteapplikation.	100
13.2.1	Anwendung von Wärme	100
13.2.2	Wärme- und Kälteapplikation bei Schmerzen	101

## Teil 3

### Hilfe zur Selbsthilfe

<b>14</b>	<b>Patientenübungen</b>	104
14.1	Regelmäßig durchzuführende Übungen.	104
14.1.1	„Hüftgelenkübung“	104
14.1.2	Selbstbehandlung von Kniegelenk und Sprunggelenk	105
14.2	Bei Bedarf durchzuführende Übungen.	105
14.2.1	Selbstbehandlung leichter Blockaden der Halswirbelsäule	105
14.2.2	Selbstbehandlung von Blockaden kleiner Gelenke (Handgelenk, Finger, Zehe)	105
<b>15</b>	<b>Ergonomie im Alltag</b>	107
15.1	Wie kann der Patient Wirbelblockaden verhindern?	107
15.2	Ersetzen schädlicher Gewohnheiten	107
15.2.1	Überschlagen der Beine	107
15.2.2	Richtiges Sitzen.	108
15.2.3	Richtiges Stehen	109
15.2.4	Richtiges Heben	109
15.2.5	Angemessenes Schuhwerk	110
15.2.6	Einseitige Belastungen.	110
15.2.7	Richtige Schlafposition	110
15.3	Hinweise zu häufigen Aktivitäten.	111
15.3.1	Tragen von Aktenkoffern oder Taschen, Ziehen von Koffern mit Rollen	111
15.3.2	Tragen von Säuglingen	111
15.3.3	Mausbedienung am Computer.	111
15.3.4	Schreibtischarbeit	112
15.3.5	Küchenarbeit	112
15.3.6	Längere Autofahrten.	112
15.4	Allgemeine Hilfen für die Aneignung neuer Bewegungsmuster.	112
15.4.1	Bedeutung der Zielvorstellung	113
15.4.2	Gedankliche Vernetzung	113
15.4.3	Langsames Forschen und Experimentieren.	113
15.4.4	Weitere Gedächtnishilfen	113
15.4.5	Konstruktiver Umgang mit dem „Schon wieder falsch!“	114
15.5	Argumentationshilfen für die ergonomische Einrichtung des Arbeitsplatzes	114
15.5.1	Gesetzliche Verpflichtung.	114
15.5.2	Das Wissen ist bereits bezahlt	114
15.5.3	Fehlzeiten sind teurer als ergonomisches Mobiliar.	115
15.5.4	Wenn alles nicht hilft	115

<b>16</b>	<b>Unterstützende Verfahren: Körperarbeit</b> . . . . .	116
16.1	Feldenkrais. . . . .	116
16.2	Qigong und Taijiquan . . . . .	117
16.3	Alexander-Technik . . . . .	117
16.4	Rolfing . . . . .	118
16.5	Pilates . . . . .	118
16.6	Wie kommt Bewegung ins Leben williger Sportmuffel . . . . .	119
16.6.1	Bleiben ´Se Mensch – oder: realistische Zielvorstellungen und Kompromisse . . . . .	119
16.6.2	Der Wurm muss dem Fisch schmecken, nicht dem Angler – oder: Spaß motiviert leichter als Vernunft . . . . .	119
16.6.3	Polonaise Blankenese – oder Gruppendynamik . . . . .	120
16.6.4	Wer sich selbst eine Grube gräbt, weiß, wo sie ist – oder: barrierebezogene Strategieplanung	120
16.6.5	Das Trägheitsgesetz als Verbündeter – oder: anfangen und dann weitersehen . . . . .	121
16.6.6	Zuckerbrot und Peitsche – oder: Belohnung und Selbstdisziplin . . . . .	121
16.6.7	Bewegungstagebuch . . . . .	121

## Teil 4

### Anhang

<b>17</b>	<b>Dokumentation in der Patientenakte (Vorlage)</b> . . . . .	124
<b>18</b>	<b>Übungsanleitungen und Hinweise für Patienten (Vorlage)</b> . . . . .	126
<b>19</b>	<b>Wichtige Adressen</b> . . . . .	128
19.1	Bezugsquellen. . . . .	128
19.2	Ausbildungsmöglichkeiten . . . . .	128
<b>20</b>	<b>Literatur</b> . . . . .	129
<b>21</b>	<b>Abbildungsnachweis</b> . . . . .	131
	<b>Sachverzeichnis</b> . . . . .	133