

Osteopathie bei Schwangeren

Typische Beschwerden behandeln. Osteopathie ist eine manuelle Behandlungsmethode, die Ende des 19. Jahrhunderts von einem Amerikanischen Arzt (Dr. Andrew Taylor Still) ins Leben gerufen wurde. Seither hat sie sich weiterentwickelt, und mittlerweile gibt es auch immer mehr wissenschaftliche Publikation, die die Effektivität verschiedener osteopathischer Behandlungsinterventionen bestätigen.

Von Monika Ebner, MSc., D.O., PT

Häufig wird als Beispiel für eine Diagnose, bei welcher Osteopathie zum Einsatz kommen kann, Lumbalgie oder Lumboischialgie angeführt, da diese auch in anderen medizinischen Bereichen wie Orthopädie und Physiotherapie ausgiebig untersucht und behandelt werden. Die Wirksamkeit und Sicherheit der Osteopathie in dieser Indikation wird durch die kürzlich vom Austrian Institute for Health Technology Assessment GmbH (AIHTA) publizierte Studie bestätigt (1).

Darüber hinaus gibt es viele andere Beschwerdebilder, mit denen Osteopath*innen tagtäglich aufgesucht werden. Dieser Artikel soll einen Einblick in die osteopathische Arbeit mit Schwangeren und deren Beschwerden bieten.

Beschwerden der Schwangeren

Abgesehen von diversen Symptomen im Bereich des Bewegungsapparates, kämpfen Schwangere häufig

mit Sodbrennen und Reflux, dem Vena-Cava-Syndrom, Nausea und Hyperemesis, Beinödemen u.v.m. (2, 3, 4, 5, 6). Osteopath*innen sind in der Lage sich all dieser und auch noch weiterer Beschwerden anzunehmen, um den Frauen einen angenehmeren Schwangerschaftsverlauf zu ermöglichen (7, 8).

Status und Befunde

Neben einer Statuserhebung des Bewegungsapparates, werden auch viscerale Tests und eine Beurteilung des vegetativen Zustandes der Frau gemacht. Alles unter Berücksichtigung der Schwangerschaftswoche und den damit verbundenen Einschränkungen bezüglich der Untersuchungsmöglichkeiten. Weiters werden selbstverständlich alle Angaben aus dem Mutter-Kind-Pass und aus weiteren medizinischen Befunden berücksichtigt.

Je früher, desto besser

Idealerweise sollte eine Frau bereits zu Beginn der Schwangerschaft – nach Ablauf der ersten 12 Wochen – zur osteopathischen Untersuchung und Behandlung kommen. Zu diesem Zeitpunkt ist aufgrund der Größe des Uterus noch vieles möglich und Beschwerden kann auch optimal vorgebeugt werden.

Vor allem, wenn bereits vor der Schwangerschaft gesundheitliche Einschränkungen bestanden haben oder Probleme aus vorherigen Schwangerschaften bekannt sind, ist eine Kontaktaufnahme mit einem/einer Osteopathen/Osteopathin ratsam.

Haben sich die Beschwerden schon manifestiert, sind dank der Flexibilität und Anpassungsfähigkeit der Frau in der Schwangerschaft dennoch viele Symptome noch effektiv zu behandeln.

Beeinflussende Faktoren

Einige Faktoren beeinflussen erfahrungsgemäß den Behandlungserfolg

erheblich: Die Dauer der bestehenden Symptome, der damit verbundene Stress, externe Faktoren, wie Beruf, weitere Kinder u.ä., sowie die interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen den behandelnden und beratenden Ärzt*innen, Therapeuten*innen und Hebammen.

Ein weiterer wichtiger, beachtenswerter Aspekt bei der Behandlung von Schwangeren, ist auch, dass sich die Gewebsphysiologie an die veränderten Hormonspiegel anpasst. Dementsprechend ist bei der Behandlung die alterierte Reaktivität der Gewebe mit einzubeziehen.

Es zeigt sich immer wieder, dass Frauen sehr davon profitieren, sich sicher, gut beraten und behandelt zu fühlen. Osteopathie ist aus gutem Grund eine Leistung, die vom behandelnden Arzt/von der behandelnden Ärztin, verordnet werden muss. Ebenso wichtig ist der zusätzliche fachliche Austausch, um die Betreuung zu optimieren.

Die osteopathische Behandlung

Die osteopathische Behandlung der Schwangeren kann sehr unterschiedlich ablaufen, da die Beschwerdebilder oft multifaktoriell sind. Grundsätzlich wird aber immer darauf geachtet, dass Beschwerden des Bewegungsapparates auch mit visceralen Einschränkungen über neurologische Feedback-Loops oder auch mechanische Verbindungen in Zusammenhang stehen können. Oder aber auch vice versa.

Entsprechend der oben bereits genannten externen Faktoren und der Konstitution der Patientin, kann auch eine Behandlung der Atmung, und der damit verbundenen Möglichkeit auf den Status des autonomen Nervensystems einzuwirken, sehr viel Erleichterung bringen.

Osteopathie hilft

Der ganzheitliche Zugang der Osteopathie ermöglicht es, die Behandlung so effizient und umfassend wie

möglich zu gestalten, ohne dabei Stress zu erzeugen. Eine interdisziplinäre Zusammenarbeit ist zu begrüßen und von Vorteil für die Patient*innen, nicht nur für Schwangere.

Die Osteopathie ist nicht neu, wird aber von immer mehr Publikationen gestützt und erfreut sich auch bei den Patient*innen immer größerer Beliebtheit. ■

Literatur:

- Lucia Gassner, Viktoria Hofer. Osteopathy: effectiveness and safety for musculoskeletal pain and overview of training and quality requirements. AIHTA Project Report No.: 144 2022. Vienna: HTA Austria - Austrian Institute for Health Technology Assessment GmbH.
- Fiat F, Merghees PF, Scurtu AD, Almajan Guita B, Dehelean CA, Varan N, Bernad E. The Main Changes in Pregnancy—Therapeutic Approach to Musculoskeletal Pain. *Medicina*. 2022; 58(8):1115. <https://doi.org/10.3390/medicina58081115>
- Office on Women's Health. U.S. Department of Health & Human Services. Pregnancy: Body Changes and Discomforts. (<https://www.womenshealth.gov/pregnancy/youre-pregnant-now-what/body-changes-and-discomforts>) Accessed 2/12/2021.
- Ávila, J.S., Da Re Gutiérrez, S., Sinclair De Frias, J.E., Vera, F., Rodriguez, M.V. (2021). Superior Vena Cava Syndrome in Pregnant Woman. In: Montufar, C., Hidalgo, J., Gei, A.F. (eds) *Obstetric Catastrophes*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-70034-8_48
- Jennings LK, Mahdy H. Hyperemesis Gravidarum. [Updated 2022 Sep 6]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK532917/>
- Davidson JM. Edema in pregnancy. *Kidney Int Suppl*. 1997 Jun;59:S90-6. PMID: 9185112.
- Anna Sheraton, Julie Streckfuss, Sandra Grace. Experiences of pregnant women receiving osteopathic care. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*. Volume 22, Issue 2, 2018, Pages 321-327, ISSN 1360-8592, <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2017.09.007>.
- Jane Frawley, Tobias Sundberg, Amie Steel, David Sibbritt, Alex Broom, Jon Adams. Prevalence and characteristics of women who consult with osteopathic practitioners during pregnancy: a report from the Australian Longitudinal Study on Women's Health (ALSWH). *Journal of Bodywork and Movement Therapies*. Volume 20, Issue 1, 2016, Pages 168-172, ISSN 1360-8592, <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2015.03.004>.



Monika Ebner

Physiotherapeutin und Osteopathin; zahlreiche Fortbildungen im In- und Ausland, u.a. 2017-2019 Women's Health Course in London
 Selbstständig in freier Praxis in Bisamberg (NÖ), nationale und internationale Lehr- und Assistententätigkeit im Rahmen von Osteopathieseminaren.

© privat



SCAN ME

Hier erfahren Sie mehr über die Wiener Schule für Osteopathie.



© Angel Simon / stock.adobe.com