



Osteopathie

Osteopathie ist eine manuelle Behandlungsmethode, die den Menschen aus einer ganzheitlichen Sicht betrachtet und die gegenseitige Abhängigkeit verschiedener Systeme im Körper berücksichtigt.

Andrew Taylor Still (1828–1917) hat die Osteopathie entwickelt und 1892 «The American School of Osteopathy» in Amerika gegründet. Seither hat sich die Osteopathie ständig weiterentwickelt und sich den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen angepasst.

Wann ist eine osteopathische Behandlung sinnvoll?

Die Osteopathie konzentriert sich in erster Linie auf das Vorbeugen und Beheben von funktionellen und körperlichen Störungen.

Es gibt viele mögliche Anwendungsgebiete wie:

- Rücken-, Nacken- und andere Gelenkschmerzen
- muskuläre Probleme
- Spannungskopfschmerzen / Migräne
- Menstruationsschmerzen
- Verdauungsstörungen
- Schwindel
- Stress
- Burnout
- Beschwerden nach traumatischen Ereignissen wie Unfälle und Operationen



Wie läuft eine osteopathische Behandlung ab?

Nach einer eingehenden Anamnese und Untersuchung des Körpers werden verminderte Beweglichkeit, erhöhte Spannungen und andere Störungen durch spezifische Techniken über das Bindegewebe positiv beeinflusst.

Das Ziel jeder Behandlung ist eine Wiederherstellung des individuellen, dynamischen Körpergleichgewichts. Der Körper verfügt über selbstregulierende Mechanismen, die

durch eine osteopathische Behandlung über drei Ebenen unterstützt werden: die parietale Ebene (Bewegungsapparat), die viszerale Ebene (innere Organe) und die craniosacrale Ebene (Kopf, Nervensystem und Kreuzbein).

Wie lange dauert eine Therapie?

Dauer und Häufigkeit der Behandlungen hängen von der Art und dem Stadium der Beschwerden ab. Nach 3–4 Sitzungen wird die Therapie überprüft und das Vorgehen gegebenenfalls angepasst.

Standort St.Gallen

Zentrum für Integrative Medizin, Haus 33
Greithstrasse 20
CH-9007 St.Gallen

Tel. +41 71 494 64 24
anmeldungen.zim@kssg.ch
www.integrativemedizin.kssg.ch