

# Chiropraktisch behandeln

Kopfschmerzen treten in zahlreichen Formen auf und sie können die vielfältigsten Ursachen haben. Etliche Kopfschmerzarten sprechen gut auf chiropraktische Behandlung an. Oft können auch die Patienten selbst einiges zur Besserung beitragen, wenn sie zum Beispiel bestimmte Lebensgewohnheiten ändern.

Kopfschmerzen betreffen uns alle, unabhängig von Alter, Geschlecht und Lebensumständen. Nach den Rückenschmerzen sind sie die Volkskrankheit Nummer zwei. Die häufigste Form ist der Spannungskopfschmerz, gefolgt von der Migräne. Diese beiden Kopfwehtypen machen zusammen etwa 90 Prozent aller Kopfschmerzen aus. Seltener sind die sogenannten Cluster-Kopfschmerzen (Cluster, engl., für Haufen, Anhäufung), bei denen sehr heftige Anfälle gehäuft auftreten. Kopfschmerzen können sich auch nach der Einnahme von Medikamenten oder nach deren Entzug einstellen. Zudem kann eine ganze Reihe von Krankheiten Kopfschmerzen auslösen, zum Beispiel Tumoren, Blutungen im Schädel, Herzprobleme, Hirnschlag, Augenkrankheiten oder Gefässerkrankungen im Bereich des Schädels sowie Gesichtsschmerzen (zum Beispiel die Trigeminus-Neuralgie). Sogar Entzündungen der Zähne kommen als Ursache von Kopfweh in Frage.

**Die häufigste Form spricht gut auf Chiropraktik an.** Bei mehr als der Hälfte aller Kopfschmerzen sind Spannungen in den Muskeln der Grund. Diese Spannungen lassen sich oft durch empfindliche Triggerpunkte in den Muskeln selbst oder an den Ansätzen der Sehnen lokalisieren. Ursache solcher Spannungskopfschmerzen können auch Beschwerden in den Gelenken der Halswirbelsäule sein. Eine typische Folge sind in diesen Fällen oft Schmerzen im Hinterkopf. Auch Verspannungen der Schultermuskeln können zu Kopfschmerzen führen: Ist der Trapezmuskel betroffen, strahlen die Verspannungen vor allem in die Schläfen aus. Verspannungen des vorderen Halsmuskels, der am Brust- und Schlüsselbein ansetzt, führen oft zu Schmerzen über dem Auge, am Hinterkopf und in der Scheitelgegend. Neben Kopfschmerzen können auch doppeltes Sehen, Ohrgeräusche (Tinnitus) und Schwindel auftreten. Sogar Zahnschmerzen, bei denen der Zahnarzt keine Ursache findet, können eine seltene Nebenfolge sein. Auch diese Symptome sprechen oft gut auf eine chiropraktische Behandlung an. Kopfschmerzen, die sich gut chiropraktisch behandeln lassen, gehen grundsätzlich immer auf eine falsche oder übermässige Belastung der Gelenke und Muskeln in der Halswirbelsäule zurück. Auslöser kann ein kurzer heftiger Schock bei einem Unfall sein oder ein ständiges Verharren in einer Fehllhaltung, zum Beispiel beim Arbeiten vor einem ungünstig positionierten Bildschirm. Auch Mangel an Bewegung trägt oft zu einem Spannungskopfschmerz bei.

### Der Autor:



**Claude B. Supersaxo**  
Dr., Chiropraktor

### Praxis:

Chiropraktik Seeland  
Johann-Verresius-Str. 18  
2502 Biel  
Tel. 032 322 65 30  
Fax 032 322 65 93  
info@chiropraktik-seeland.ch  
www.chiropraktik-seeland.ch



**Wie der Chiropraktor Kopfschmerzen behandelt.** Am Anfang steht immer das Gespräch, in dem der Chiropraktor die Symptome und ihre Vorgeschichte aus Sicht des Patienten erfasst. Daran schliesst sich eine gründliche Untersuchung an, die je nach Verdacht auch Röntgen, Computertomographie und Labor einschliessen kann. Die Untersuchung umfasst das Abhören und Abtasten, Tests der Hirnnerven, der Orientierung und der Beweglichkeit, das Erfassen der Schmerzempfindungen beim Druck auf verschiedene Stellen und mehr. Oft versucht der Chiropraktor, durch Druck auf bestimmte Muskeln die Kopfschmerzen zu provozieren, über die der Patient klagt. So tastet er sich gezielt bis zu den Stellen vor, die den Kopfschmerz auslösen. Einerseits behandelt der Chiropraktor die Triggerpunkte, von denen die Schmerzen bis in den Kopf ausstrahlen. Andererseits wird er aber auch die eigentliche Ursache angehen, die zu einer Kettenreaktion des Schmerzes führt. Dazu gehört etwa die Behandlung der Wirbelgelenke, die mit dem Triggerpunkt in Zusammenhang stehen. Die chiropraktische Behandlung besteht darin, die betroffenen Gelenke mit fein dosiertem Impuls wieder beweglich zu machen, damit das Nervensystem, das die Muskeln beeinflusst, zu beruhigen und schliesslich die verspannten Muskeln zu lockern und die behandelten Stellen zu kühlen, um den Schmerz zu lindern.

**Wie die Behandlung gegen Kopfschmerzen wirkt.** Normalisiert sich die Funktion der Gelenke der Halswirbelsäule, beruhigt sich lokal das Nervensystem, und damit entspannen sich die Muskeln. Massage an den Triggerpunkten bringt auch den Stoffwechsel der Muskeln wieder ins Gleichgewicht, und der Grund für die Verspannungen schwindet: Die Signale des Schmerzes, die in den Kopf ausstrahlen, reissen ab. Die positive Wirkung der chiropraktischen Behandlung von Spannungskopfschmerzen ist in mehreren Studien nachgewiesen worden: So haben die Symptome nach einer chiropraktischen Behandlung sofort abgenommen, nicht aber nach einer Placebo-Manipulation. In einer weiteren Studie hat die Wirkung der chiropraktischen Behandlung, unterstützt durch Schmerzmittel, länger angehalten als mit Schmerzmitteln allein. Ein bedeutender Vorteil der chiropraktischen Behandlung von Kopfschmerzen ist die Sicherheit: Eine Manipulation der Halswirbelsäule hat deutlich weniger unerwünschte Nebenwirkungen als Schmerzmittel gegen Kopfschmerzen. Zusätzlich zur manuellen Behandlung berät der Chiropraktor den Patienten unter anderem in Ergonomie am Arbeitsplatz, beim Sport oder Autofahren. Die richtige Haltung, genügend Bewegung wie auch eine gesunde Ernährung tragen viel zur Gesundheit des Rückens bei und wirken sich entsprechend positiv auf Kopfschmerzen aus. ■



Häufig Grund für Kopfschmerzen: Verspannungen der Schultermuskeln und Beschwerden in den Gelenken der Halswirbelsäule, die in die Kopfschläfen ausstrahlen.

