

## BECKENSCHIEFSTAND

### Ein Beckenschiefstand als Wurzel allen Übels?

Hatten Sie schon mal das Gefühl, nicht gleichmäßig mit beiden Beinen auf dem Boden zu stehen?

Unser Körper ist ein Naturprodukt und passt sich fast jeder Situation optimal an. Meistens jedoch nicht ohne Konsequenzen, die teils zu vernachlässigende Wehwehchen verursachen, manchmal aber auch ernstere Symptome hervorrufen.

Und Sie können sich vielleicht gar nicht vorstellen, dass ein Beinlängenunterschied und ein damit einhergehender Beckenschiefstand die Ursache Ihrer Beschwerden sein könnte.

#### ***Ist Ihr Körper im Gleichgewicht?***

Das Becken ist das Fundament für die Wirbelsäule und der verbindende Teil zwischen Rumpf und Beinen. Seine komplexe Struktur aus Muskeln und Bändern macht unsere aufrechte Körperhaltung möglich..

Ein Beckenschiefstand kann durch falsches Sitzen am Schreibtisch, einen Sturz oder einseitige Belastung verursacht werden und kann demzufolge zu einer **funktionellen** Beinlängendifferenz führen. Und das wiederum zu nicht unbeträchtlichen Verschiebungen (also Fehlstellung) in der Wirbelsäule.

Machen Sie einen Test:

Nehmen Sie zwei gleiche Körperwaagen, stellen Sie diese nebeneinander auf einen flachen Untergrund und stellen Sie sich jeweils mit einem Fuß auf eine Waage.

Zeigen die Waagen unterschiedliche Gewichte an? Es ist nicht das Gesamtgewicht, sondern die Differenz die zählt!

#### **Sie sind nicht alleine!**

2/3 aller Erwachsenen haben ungleiche Beinlängen. 98% davon sind **funktionell** und nur 2% haben anatomisch bedingte Ursachen wie Unfälle, pränatale Probleme mit Infektionen, künstliche Hüftgelenke oder Knochen, die nach einer Fraktur nicht richtig zusammen gewachsen sind.

Wenn Ihr Becken schief ist, muss Ihr ganzer Körper diese Schiefstellung bis zum Kopf hoch ausgleichen – und das macht er!

#### **Das Turm Beispiel**

Stellen Sie sich einen Turm vor, der an zwei Seiten mit Seilen aufrecht gehalten wird. Würde der Turm nun nach rechts herüber hängen, wäre das linke Seil extrem gespannt und das rechte Seil würde locker hängen.

Wenn Sie dieses Bild auf Ihren Rücken übertragen, so wären die Muskeln auf der linken Seite extrem angespannt und Sie würden diesen Zustand als allgemeine Rückenschmerzen bezeichnen.

Und warum neigt sich der Turm, bzw. der Körper zur Seite?

In den meisten Fällen steht das Fundament – also das Becken – schief.

Eine mögliche Behandlung könnte eine Spritze mit einem Muskelentspannungsmittel oder die orale Einnahme von Schmerzmitteln sein.

Aber ist damit der wirkliche Auslöser behoben?

Und was kann ein verspannter Rücken noch bewirken?

Hier ein paar Symptome, die Ihnen möglicherweise bekannt vorkommen, bei denen Sie aber wahrscheinlich nie einen Beckenschiefstand als wirkliche Ursache vermutet hätten:

Schwindel, Kopfschmerzen, Migräne, Zahnprobleme, Augenprobleme, Tinnitus, Schluckauf, Schuppenflechte, Übelkeit, Gastritis, Leberfunktionsstörung, Steifheit, Hüftgelenkschmerzen, Nierenprobleme, Diarrhoe, Inkontinenz, mangelnde Vitalität, Schulterschmerzen, Schmerzen in der Leiste, Engegefühl in der Brust, Übersäuerung, niedriger/hoher Blutdruck, Tennisarm, Atemnot, Blasenprobleme, Schlafstörungen, Karpaltunnelsyndrom, Kreislaufprobleme, Ischialgie, Taubheitsgefühl in Extremitäten...

#### **Wie kann Ihnen die DORN Methode helfen?**

Für eine Überprüfung und evtl. Korrektur der Beinlängen befindet sich der Klient gewöhnlich in einer liegenden Position. Alle drei Gelenke (Hüfte, Knie und Sprunggelenk) an beiden Beinen werden korrigiert. Dies erfolgt durch einen leichten Druck in Richtung des entsprechenden Gelenkes, während es von einer gebeugten Position in eine gerade Position gebracht wird.

Dies ist absolut sicher, einfach und schmerzfrei!

Nach der Korrektur der Gelenke werden Becken, Kreuzbein und Steißbein überprüft und ggf. auch korrigiert. Dann ist es Zeit für jeden einzelnen Wirbel, sowie häufig noch andere Gelenke wie Schultern, Ellbogen, Hände und sogar das Kiefergelenk und das Schlüsselbein.