

Die Behandlung nach Dorn

Interview
mit Monika Würstle und Silke
Dorn-Olbrich, Mitglieder des
Dachverbands „Dorn-Bewegung“
(www.dorn-bewegung.org)

Wo liegen die Ursprünge der Dorn-Behandlung?

Silke Dorn-Olbrich: Mein Onkel Dieter Dorn hat die Behandlung aus der Not heraus entwickelt. Als Allgäuer Landwirt und Sägewerkbetreiber arbeitete er körperlich schwer und eines Tages überfielen ihn an der Säge starke Rückenschmerzen. Er hatte einen Hexenschuss. Während er sich auf das Sofa legte, um die Schmerzen zu lindern, grübelte er nach, ob er zum ansässigen „Dorfheiler“ oder zum Arzt gehen sollte. Er entschied sich für den „Dorfheiler“, der ihm die Hüfte

Dieter Dorn während einer Behandlung



und das Becken richtete. Danach ging es ihm so rasch wieder besser, dass er noch am selben Tag wieder

aus zu. Nach und nach verfeinerte er seine Vorgehensweise, bildete sich in Anatomie und alternativen

Heillehren und entwickelte einen Behandlungsleitfaden und spezielle Selbsthilfeübungen.

Welche Grundgedanken liegen der Dorn-Behandlung zugrunde?

Silke Dorn-Olbrich: Es geht eigentlich darum, Hilfe zur Selbsthilfe zu geben.

Jede Behandlung schließt mit dem Aufzeigen von Übungen ab, die der

Betroffene zuhause selbst durchführen kann. So gab Dieter Dorn sein Wissen freizügig weiter. Bis heute ist der Begriff „Dorn-Behandlung“ nicht geschützt und ich habe schon sogenannte

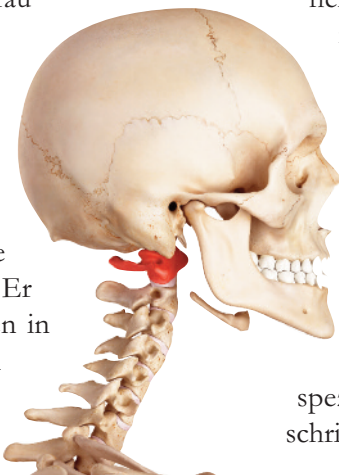
„Dorn-Therapeuten“ gesehen, die Dinge taten, die mit den Behandlungsgrundsätzen meines Onkels nichts zu tun hatten. Nach Dorn wird nicht im Sinne der Chiropraktik eingelenkt, sondern viel sanfter vorgegangen. Dabei wird speziellen Behandlungsschritten gefolgt.

Wie sehen diese Behandlungsschritte im Einzelnen aus?

Monika Würstle: Als allererstes wird die Beinlänge geprüft. Dies geschieht in Rückenlage mit angehobenen Beinen über die Fersen. Sind die Beine unterschiedlich lang, erfolgt durch geeignete Übungen ein Längenausgleich. Dabei werden alle Beingelenke durch eine natürliche Bewegung aus der abgewinkelten in die normale Position geführt. Die Bewegung geschieht immer unter leichtem Berührungsimpuls am Gelenk. Es geht immer darum, zu spüren und wahrzunehmen, wie sich der Körper reguliert. Danach wird im Stehen die Beckenstellung geprüft.



an der Säge stand. Die einfache, aber hilfreiche Behandlung ließ ihn gedanklich nicht mehr los. Er erkannte, wie wertvoll die Fähigkeit war, mit passenden Handgriffen und Bewegungen Knochen und Gelenke wieder an die richtige Stelle zu bringen. Er begann mit Gefühl und Verstand zu experimentieren. Als erstes half er damit seiner Frau. Sie litt unter starken Kopfschmerzen und hatte vom Arzt die Diagnose erhalten, dass an ihrem Atlaswirbel der Dornfortsatz zu weit hervorstünde und entsprechende Nerven reizen würde. Dieter Dorn schaute sich die Anatomie des Atlaswirbels an und begann mit sanften Berührungen die Halswirbel seiner Frau zu behandeln. Es half. Dann bat ihn eine bettlägerige ältere Frau um Hilfe und meinte, bei ihr könne er nicht viel falsch machen, er solle es ruhig versuchen. Er brachte ihre Knochen in die richtige Position und bald darauf winkte sie ihm schon vom Fenster



Durch Beinschwünge und sanfte Impulse findet das Becken in seine natürliche Ordnung zurück. Im Sitzen erfolgt dann durch Abtasten und Fühlen mit den Händen eine Einschätzung der Lenden- und Brustwirbelsäule. Auch hier unterstützen Arm- oder Beinschwünge die sanften Stellungskorrekturen. Abschließend widmet sich der Behandler der Halswirbelsäule. Um den Behandlungserfolg zu stabilisieren, sollten die genannten Selbsthilfeübungen regelmäßig durchgeführt werden.



Bei welchen Beschwerden ist die Dorn-Behandlung hilfreich?

Silke Dorn-Olbrich: Es wäre wohl einfacher aufzuzählen, wann die Dorn-Behandlung nicht angewendet werden sollte. In jedem Fall reicht der Nutzen über den Bewegungsapparat hinaus, denn nach der TCM steht jeder einzelne Wirbelknochen mit einem bestimmten Organsystem in Verbindung. Deshalb ist es durchaus möglich, dass sich nach der Korrektur einer Fehlstellung z. B. des sechsten Brustwirbels auch Beschwerden im Magen-Darmbereich, wie etwa Sodbrennen, bessern. Wichtig ist zu wissen, dass es nach der ersten Behandlung zu einer Erstverschlimmerung kommen kann. Diese zeigt den Beginn eines Heilungsprozesses an. Also grundsätzlich kann die Dorn-Behandlung bei jeglicher Fehlstellung von Wirbeln und Gelenken zum Einsatz kommen, so z. B. bei Schulterschmerzen, Hexenschuss, Tennisarm, und, und, und ... Der Behandler schaut woher der Schmerz bzw. die Beschwerden kommen, korrigiert und gibt Anleitung, wie zukünftig solchen Vorkommnissen vorgebeugt werden kann.

Gibt es Einschränkungen bei der Anwendung der Dorn-Behandlung?

Monika Würstle: Bei folgenden Erkrankungen ist von einer Dorn-Behandlung abzuraten bzw. muss sehr vorsichtig

- vorgegangen werden:
- bei Verletzungen und noch nicht verheilten Brüchen
 - bei akuten Entzündungen
 - bei Bandscheibenvorfällen bzw. nach einer Bandscheibenoperation
 - bei ausgeprägter Osteoporose
 - bei Tumoren
 - bei Morbus Bechterew.

scheibenvorfall, doch die Ärzte meinten, dafür wäre ich zu jung, es müsse etwas anderes sein. Außer Reizstrom bekam ich keine weitere Behandlung. Schließlich wurde die Taubheit so schlimm, dass nun doch eine Bandscheiben-OP mit dem Hinweis, meine Chancen ständen 50:50 bezüglich der Rollstuhlgefahr, anstand. Da bekam ich Angst. Mir wurde empfohlen, zu Dieter Dorn zu gehen. Ich wagte den Versuch und bereits nach der zweiten Behandlung war ich geheilt. Später half mir Dieter Dorn bei meinem Sohn, der im Alter von zwei Jahren seltsam mit einem Fuß nach außen lief. Der Arzt wollte ihn in ein Gipsbett legen, aber das wollte ich meinem Sohn, der gerade die Welt entdeckte, nicht



Welche Erfahrungen haben Sie selbst mit der Dorn-Behandlung gemacht?

Monika Würstle: Als ich 25 Jahre alt war, bekam ich seltsame Schmerzen in der Wade, die im weiteren Verlauf bis zur Taubheit in meinem Fuß führten. Ich tippte auf Band-

antun. Dieter Dorn schaute ihn sich an und erkannte sofort, dass man ihm bei der Geburt das Hüftgelenk ausgekugelt hatte. Er behandelte ihn und zeigt mir, wie ich sein Bein in die richtige Position bringen konnte. Das tat ich fünf Mal am Tag beim Wickeln und alles wurde gut.



Was fällt Ihnen spontan zu der Aussage ein „... wenn sich die Psyche auf den Rücken schlägt“?

Silke Dorn-Olbrich: Nicht nur einzelne Organe sind energetisch mit den Rückenwirbeln verbunden, auch bestimmte Verhaltensweisen bzw. psychische Beschwerden lassen sich mit einzelnen Rückenabschnitten in Verbindung bringen. Mein Onkel hat sich bei jeder Behandlung no-

tiert, welche Wirbel er behandelt hat und wie ihm der Mensch in seiner Persönlichkeit vorgekommen ist. Er verglich dies später mit den Ausführungen

der TCM und entdeckte erstaunliche Parallelen. Unabhängig voneinander waren sie zu den gleichen Beobachtungen gelangt. Wenn z. B. Fehlstellungen in der Lendenwirbelsäule vorliegen, geht dies oft mit Ängstlichkeit, der Unfähigkeit Loszulassen und einen Neuanfang zu wagen einher. Der Mensch verkrampft sich schnell und neigt zu Panikattacken. Schuldgefühle und eine fehlende Geborgenheit können ebenfalls eine

Rolle spielen. Eine Dorn-Behandlung in der Lendenwirbelsäule kann daher auch Prozesse auf der psychischen Ebene anstoßen und unterstützen. Generell schafft eine Stabilisierung der Wirbelsäule Sicherheit und Selbstbewusstsein, denn das Rückgrat wird im wahrsten Sinne des Wortes gestärkt.

Ihr persönliches Schlusswort?

Silke Dorn-Olbrich: Mein Onkel hegte immer den Wunsch, dass Menschen in der Lage sind, sich selbst zu helfen. Er stellte sich vor, in jeder Familie würde es einen geben, der die Dorn-Behandlung beherrschte, dann könnte jedem Familienmitglied viel Gutes getan werden. Der Mensch wäre durchaus in der Lage, ohne Gelenkabnutzungen und Beschwerden im Bewegungsapparat 120 Jahre alt zu werden, wenn jede Fehlstellung rasch ausgeglichen würde. Die Dorn-Behandlung ist wirklich eine ganz einfache Möglichkeit dies zu tun.

DEINE Gesundheit

natürliche & effektive Heilmethoden

Gesund und vital mit DEINE GESUNDHEIT

- wertvolle Informationen für Ihr Wohlbefinden
- Heft für Heft eine Fundgrube für natürliche Heilmethoden, gesunde Ernährung, heilsame Bewegungsarten, bewusstes Leben
- im Kiosk oder als Abonnement direkt ins Haus

Heftpreis: 4,90 €
Jahresabonnement: 52,90 €

Die Dorn-Behandlung als Helfer in der Not

Erfahrungsbericht von Eleonore
und Johann März

Stehen vor Schmerzen unmöglich ...

Ich war ungefähr 64 Jahre alt, als ich nach einer ungünstigen Bewegung plötzlich vor Schmerzen nicht mehr aufrecht stehen konnte. Die Halswirbel hatten sich irgendwie verschoben. Der starke Schmerz strahlte über den oberen Rücken nach unten hin aus und zwang mich in die Knie. Nur im Liegen war es halbwegs erträglich. So legte ich mich auf den Rücksitz unseres Autos und mein Mann fuhr mich anstatt ins Krankenhaus zu einer Bekannten, welche in der Dorn-Methode bewandert war. Ich schleppte mich in das Behandlungszimmer und setzte mich so gut es ging auf einen Stuhl. Die Bekannte rieb meinen oberen Rücken mit einem speziellen Gel ein und wies mich an, meine Arme entgegengesetzt vor und zurück zu schlenkern. Währenddessen tastete sie die Wirbelsäule ab und schob mit den Daumen die Wirbel an die richtige Stelle. Die ganze Prozedur dauerte ungefähr 5 bis 10 Minuten. Ich konnte danach tatsächlich aufrecht zum Auto gehen und auf dem Beifahrersitz Platz nehmen. Die Schmerzen waren deutlich reduziert. Acht Tage danach erhielt ich eine zweite Behandlung dieser Art. Ich bin sehr froh, dass mir bis heute so etwas nicht noch einmal passiert ist.

Einer Bandscheiben-OP entkommen ...

So im Alter von 60 Jahren überfielen mich auf einmal starke Schmerzen im unteren Rücken. Ich ging zum Arzt, um mir eine Spritze gegen die Schmerzen geben zu lassen. Doch die Spritze half nicht. Schnell war die Diagnose Bandscheibenvorfall gestellt und ein Termin für eine Bandscheiben-OP vereinbart. Im letzten Moment sagte ich den Termin ab und besann mich auf unsere Bekannte, welche die Dorn-Methode



praktizierte. Im Behandlungsraum musste ich mich rücklings auf eine Liege legen. Die Bekannte schien schon beim Herkommen mit dem Blick die Ursache erfasst zu haben. Sie vermaß meine Beinlänge und es stellte sich heraus, dass ein Bein 2 cm kürzer war. Eine Fehlstellung im Hüftgelenk verursachte die Schmerzen in der Wirbelsäule. Ich sollte aufstehen und das Bein vor und zurückschwingen. Dabei drückte sie auf den Sitzbeinhöcker. Nach der Behandlung hatten sich die Schmerzen gebessert. Es folgte eine zweite Behandlung nach etwa acht Tagen. Sie zeigte mir, wie ich diese Übung zu Hause alleine machen konnte. Als ich kürzlich unter Hüftschmerzen litt und zunehmend schlechter laufen konnte, erinnerte ich mich an diese Übung. Ich probierte es aus und tatsächlich wurde es besser, so dass ich wieder mit meiner Frau längere Spaziergänge unternehmen konnte.

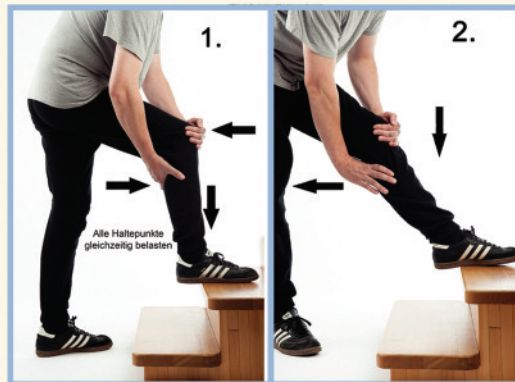
Fazit

Die Dorn-Methode hat uns nicht nur einmal in der Not geholfen. Sobald jemand in der Familie über schmerzhaftes Rücken- oder Gelenksbeschwerden klagt, probieren wir zunächst die Behandlung nach Dorn aus, bevor drastischere Maßnahmen ergriffen werden.

Original Selbsthilfeübungen nach Dieter Dorn



Hüfte: Bein 90° abwinkeln. Mit der Hand Druck auf den obersten Bereich der Oberschenkel ausüben und gleichzeitig das Bein absenken. Übung nach jedem Sitzen wiederholen (langfristig).
Diese Übung geht im Liegen wie im Stehen.



Knie: Knie 90° abbiegen, mit Druck auf die Kniescheibe (zum Körper her) und obere Wade (vom Körper weg), Gewichtsverlagerung auf den zu behandelnden Fuß. Dabei das Bein gerade stellen. Alle 3 Haltepunkte gleichzeitig ausüben.



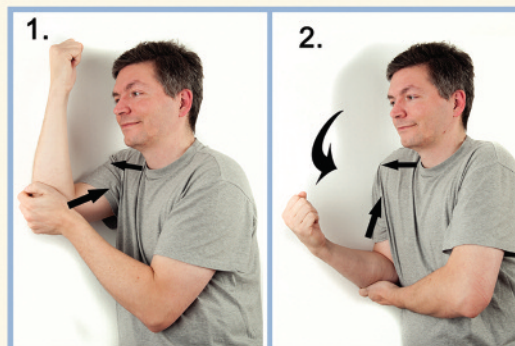
Hand: Hand 90° nach innen abwinkeln und mit leichtem angenehmen Druck zum Gelenk gerade stellen.



Hals: Beide Hände in den Nacken. Kopf leicht nach hinten neigen und lockere NEIN-Bewegung.



Sprunggelenk: Fuß voll auftreten, mit dem Knie über die Zehen biegen und mit Gewichtsverlagerung auf die Ferse wieder zurückneigen. (Die Zehen bleiben dabei auf dem Boden)



Schulter: Die Schulter an die Wand lehnen. Oberarm nach oben heben, mit leichtem angenehmen Druck den Oberarm zum Schultergelenk und dann nach unten bewegen.



Kiefer: Mund öffnen und mit den Handballen den Unterkiefer Richtung Ohr schieben, dann den Mund schließen.



Ganze Wirbelsäule: Zwischen zwei Stuhllehnen mit gestreckten Armen abgestützt (wie bei einem Barren), die Beine gegenläufig pendeln. Durch das Hängen und Schwingen der Beine wird der gesamte Körper bewegt.



Becken: Auf einem Tisch oder einer Treppe (ganz oben, harter Untergrund), bis zum Gesäß, flach oder max. mit Ellenbogen abgestützt liegend, dabei mit angezogenen Zehen und durchgestreckten Knien die Beine gegenläufig nach unten auf und ab schwingen. Diese Bewegung ca. 30 mal wiederholen. Mindestens 15mal täglich, 6-8 Wochen lang zur Stabilisierung. Danach 1x täglich vor dem zu Bett gehen.



Daumengrundgelenk: Daumengrundgelenk nach innen und in Richtung Handgelenk halten. Dann mit den Haltepunkten das Daumengrundgelenk nach außen (Richtung Hand) drücken.



Ellbogen: Arm abbiegen und mit leichtem angenehmen Druck zum Gelenk gerade stellen.

Wir bedanken uns für die freundliche Unterstützung bei Silke Dorn und Reinhard Dorn.

Die Übungen stammen aus den persönlichen Unterlagen von Dieter Dorn.

Copyright: **Therapiebedarf PANEK**, Ingenried, www.therapiebedarf.net, Tel.: 08346-98 23 56
Die Verwendung der Übungen erfolgt unter Ausschluss jeglicher Haftung. Alle Bilder unterliegen dem Urheberrecht. Unerlaubte Vervielfältigung ist rechtswidrig.