



Osteopathie: „Sacral Sag“ und mögliche klinische Folgen

Was verstehen wir unter einem „Sacral Sag“, auch „depressed Sacrum“ genannt (zu Deutsch: Absenkung des Kreuzbeines) und was ist seine klinische Bedeutung?

Definition

Das Kreuzbein wird in einer nach unten gezogenen Position fixiert und kann sich nicht mehr bewegen.

Ursachen

- Schleudertrauma
- Sturz auf das Becken oder den Füßen
- Verlängerte Geburtsdauer
- Entbindung mit Zange oder Saugglocke

Folgen

Durch die Fixierung des Kreuzbeines können Schmerzen, sowie kombinierte zirkulatorische, lymphatische und organische Störungen auftreten. Eine weitere Folge könnte das Auftreten einer Depression sein. Eine postpartale Depression (PPS) ist keine seltene Erscheinung nach einer Geburt. Bei 10-20% aller Wöchnerinnen kommt es dazu.

Nach Heller zeigen sich folgende mögliche Symptome

Depressive Grundverstimmung, häufiges Weinen, Müdigkeit, Konzentrationsschwäche, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Herzschmerzen, Engegefühl in der Brust, Kreislaufbeschwerden, Appetitlosigkeit oder Heißhunger.

Durch eine osteopathische Therapie kann man das Sacrum/Kreuzbein sehr gut wieder in eine normale Position bringen und somit eine optimale Beweglichkeit erreichen. Die Folgen lassen sich dann sehr gut lösen.

Die beste Therapie ist jedoch immer die Prävention. Eine gute Geburt, die weder zu lange noch zu kurz ist, ohne übermäßige Wehen und bei der der Damm gut geschützt ist, übersteigt die Fähigkeit des Körpers zur Selbstkorrektur nach der Anpassung des mütterlichen Beckens bei der Geburt meist nicht. Die Voraussetzung hierzu wäre eine Begleitung in der Schwangerschaft durch Hebammen und der Osteopathie.



Kontakt bei weiteren Fragen:

Gabriele Nistler D.O.®M.R.O.® | Heilpraktikerin

Katharinenstraße 66 | 86899 Landsberg am Lech

Telefon: 08191-944996 | Telefax: 08191-944997

E-Mail: medical@forumvitae.de | Internet: www.forumvitae-medical.de