

ISBT-Bowen-Therapie

Ganzheitliche Behandlung über Faszien mittels sanfter Technik

Ein Beitrag von Julia Potthast
(aus: *Naturheilpraxis* 01 / 2021)

Faszien stehen nicht nur mit einer Vielzahl von mechanischen Funktionen innerhalb unseres Organismus in Verbindung, sie interagieren auch mit dem zentralen Nervensystem und lassen sich deshalb zur Behandlung von körperlich-seelischen Zuständen nutzen. Eine Methode, derartige Zusammenhänge therapeutisch sanft auszugleichen, ist die ISBT-Bowen-Therapie.

Die ISBT-Bowen-Therapie (nach der Internationalen Schule für Bowen-Therapie = ISBT) basiert auf der Behandlungsweise des australischen Therapeuten Thomas Ambrosius Bowen. Er entwickelte Mitte der 1950er-Jahre ein Faszien-Therapiekonzept, das inzwischen weiter ausgereift und ein fester Bestandteil des australischen Gesundheitswesens geworden ist. Seit den 1990er-Jahren verbreitet sich die Methode zunehmend im europäischen Raum. Die ISBT-Bowen-Therapie ist alleinstehend wirksam, kann aber auch gut mit anderen Behandlungskonzepten kombiniert werden. Sie ist kein diagnostisches Verfahren im herkömmlichen Sinn, aber durch ihre strukturierte Art der Bekundung, lässt sich ein individueller Behandlungsweg unmittelbar ermitteln und umsetzen.

Für Eilige

Faszien stellen u.a. eine Schlüsselposition zwischen Körper und Seele dar. Nach einem einfachen Untersuchungsschema an den Faszienverläufen können Störeinflüsse auf die Vitalität eines Organismus entdeckt und mittels einer methodenspezifischen Behandlungstechnik, dem Bowen-Move, behandelt werden.

Das Prinzip der ISBT-Bowen-Therapie

Im Mittelpunkt der ISBT-Bowen-Therapie steht die sanfte Behandlung der Körperfazien. Deren Strukturen sind u.a. mit dem ZNS verbunden und spielen nicht zuletzt deshalb eine erhebliche Rolle für diverse körperliche Regelprozesse. Zur Behandlung der Faszien stehen heutzutage sehr unterschiedliche Methoden zur Verfügung, die teilweise durchaus kraftvoll und schmerzhaft sein können. Die ISBT-Bowen-Therapie ist hingegen ein sehr einfühlsames und schmerzfreies Verfahren. Mittels einer sanften Manualtechnik, dem Bowen-Move, sollen über die in der Faszie befindlichen Rezeptoren und deren neuroyalen Verbindungen das Schmerzzentrum erreicht und vegetativ umgestimmt werden. Die ISBT-Bowen-Therapie eignet sich deshalb zur Behandlung schmerzhafter Beschwerden des Bewegungsapparates, funktioneller Leiden inneren Organe und als Begleittherapie psychoemotionaler Belastungen.

Wichtiges aus der Faszienforschung

Faszien werden durch bindegewebige Hüllen, Stränge und Schichten gebildet, deren Zug- und Haltekräfte sich gegenseitig und somit den gesamten Körper ausbalancieren. Die Faszie stellt ein netzwerkartiges System dar und verlegt über ihre mechanischen Halte- und Schutzeigenschaften muskulären Strukturen ihre Form (vergleichbar einem Tensegrity-Modell). Außerdem unterstützt sie das Immunsystem, da sich im faszialen Gewebe viele phagozytierende Zellen befinden. Durch ihre Verbindung mit der Pischinger-Matrix bzw. der interstitiellen Flüssigkeit spielt sie auch eine wesentliche Rolle im metabolischen Geschehen.

Darüber hinaus befinden sich in der Faszie verschiedene Mechano-Rezeptoren wie Golgi- und Pacini-Rezeptoren sowie Ruffini-Körperchen und freie Nervenden, die einen unmittelbaren Einfluss auf das vegetative Nervensystem besitzen. Insbesondere die Ruffinirezeptoren und die freien Nervenden sind für die Bowen-Therapie von großer Bedeutung, denn durch diese beiden Strukturen sind Faszien nicht nur ein Spiegel des Vegetatives, sie bilden auch eine wichtige Eingangspforte für manuelle Therapien, um auf das gesamte vegetative System mit seinen bewussten und unbewussten Wahrnehmungsfähigkeiten einzuwirken.

Ruffini-Körperchen

Ruffini-Körperchen liegen u.a. in der Haut, in den Gelenkkapseln und in den meisten faszialen Geweben. Sie reagieren auf tangentielle Kräfte, das heißt Scherkraft, Zug- und Dehnungsmomente. Ihre Stimulierung hemmt die Aktivität des sympathischen Nervensystems und kann so an einer tiefgreifenden Veränderung im autonomen Nervensystem führen.

Freie Nervenden

Freie Nervenden übertreffen mengenmäßig alle anderen Rezeptoren des Körpers um das Vierfache und befinden sich in nahezu sämtlichen Geweben. So sind nicht unsere Augen, Ohren oder unsere Haut etc. unser reichhaltigstes Sinnesorgan, sondern die Muskeln mit ihren Faszien, denn aus ihnen empfängt unser zentrales Nervensystem die meisten sensorischen Neuronen. Die freien Nervenden dienen einerseits als Fühler des Vegetatives und haben unmittelbare Auswirkung auf die Regulation von Kreislauf und Atmung. Andererseits stehen sie mit Neurotransmittern in Verbindung und funktionieren auch als hochempfindliche Schmerzrezeptoren.

Befundermittlung und Bowen-Move

Im Anschluss an eine eingehende Anamnese werden im Seitenvergleich die Spannungsunterschiede in den Muskelverläufen auf der Körpervorder- oder Rückseite ertastet und die Beweglichkeit verschiedener Gelenke überprüft. Beides ist entscheidend für die darauffolgende Auswahl der passenden Bowen-Moves, die in verschiedenen Sequenzabfolgen an bestimmten faszialen Schlüsselstellen der Muskeln angewendet werden.

Der Bowen-Move ist eine sanfte, aber konkrete Zug- und Schiebebewegung auf der Haut über die darunterliegenden Faszienstellen der ausgewählten Gewebeareale. Der Move löst ein mechanisches Entspannungsmoment im behandelten Muskelbereich aus und bewirkt über die faszialen Ruffini- und Propriozeptoren sowie den freien Nervenden einen umstimmenden Impuls auf das Schmerzzentrum im Gehirn. Dies führt in aller Regel zur Abnahme dolenter Zustände. Zudem verbessern sich die eingeschränkten Fließeigenschaften der Blut- und Lymphgefäße in den entsprechenden Geweben. Ein wichtiger Aspekt des Bowen-Moves ist die Wirkpause. Nach einigen Moves wartet der Behandelte 1-2 Minuten lang, bis er die nächste Abfolge ausführt. Durch diese Pausen bekommt der Körper Gelegenheit im Vegetativum die häutischen Signale der Bowen-Moves zu verarbeiten.