

## **AORT (Autonome Osteopathische Repositionstechnik)**

Eine Verletzung oder Störung der Funktion eines Organs oder Körpergliedes wird in der Medizin als Läsion bezeichnet. Der Name AORT = Autonome Osteopathische Repositionstechnik bedeutet, dass die Korrektur einer Läsion von selbst - sozusagen automatisch – erfolgt, wenn der Körper eine für den betreffenden Fall richtige Position einnimmt.

Diese Beobachtung wurde durch Zufall gemacht, als ein Patient feststellte, dass sein Schmerz verschwunden war, nachdem er für einige Zeit eine schmerzfreie Position eingenommen hatte. Im Rahmen systematischer Studien wurden dann für die einzelnen Läsionen bestimmte Techniken entwickelt.

### **Therapie:**

Der Patient greift auf seine schmerzhafteste Stelle. Die Therapeutin erfühlt den Spannungszustand in Ruhe und in Bewegung um nach der AORT-Behandlung neben dem subjektiven Vergleich des Patienten, objektive Aussagen machen zu können.

Verdichtetes Gewebe und / oder ein vom Patienten genau lokalisierter Schmerzpunkt ist eine Einladung für die Therapeutin nach Tenderpoints zu forschen.

Tenderpoints sind Auslösungspunkte für Schmerzen in Muskel- und Bindegewebsbereichen. Danach wird der Patient passiv in eine Position gebracht, in der das Gewebe sich maximal entspannen kann. Die optimale Behandlungsposition ist dann erreicht, wenn sowohl durch den Patienten Schmerzfreiheit angegeben wird, als auch der schmerzhafteste Punkt spürbar Spannung abgebaut hat. Der Therapeut folgt dann den kleinsten autonomen Ausgleichsbewegungen des Körpers.

Solange ein Muskel schmerzhafteste Verspannung zeigt, senden seine Messorgane andauernd einen erhöhten Spannungszustand dem Gehirn bzw. über Reflexe dem Rückenmark, wodurch der für den Schmerz verantwortliche Mechanismus erhalten bleibt. (Circulus vitiosus). Erst wenn sich durch die Behandlungsposition der Muskel maximal entspannen kann, wird dieser Kreislauf durchbrochen und es beginnt die Reorganisation. Es ist von der Wissenschaft ermittelt, dass sich das Rückenmark innerhalb neunzig Sekunden reorganisiert.

Das Prinzip der AORT ist also die sanfte Korrektur von Muskel-, Gelenks- und Bindegewebsproblemen ohne schnelle Manipulation oder Kraftanwendung sondern über langsame Reprogrammierung der Messorgane der Wahrnehmungen in den Muskeln und Sehnen - eine für den Patienten schonende Technik, die auch bei Problemfällen angewandt werden kann.