

# Babyglück in sanften Händen

Schreit Ihr Kind? Stundenlang? Vielleicht hilft ihm die **Osteopathie**. Die alternative Heilmethode lockert Verspannungen und hilft Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Beim kleinen Marlon hat es funktioniert.

Text **Angela Lembo** Fotos **Mara Truog**

**E**s kam ihr vor, als wäre ein Wunder geschehen. Izabela Mülli betrachtete ihr acht Wochen altes Baby. Wie es nackt bis auf die Windeln in den Händen von Manuela Pappa lag. Wie die Finger der Osteopathin sanft den kleinen Körper abtasteten, zuerst die Beine, den Rücken, dann den Hals und den Kopf. Wie Marlons schreiverzerrtes Gesichtchen sich entspannte. «Endlich hatte Marlon Ruhe gefunden», sagt Izabela Mülli.

Nach dieser Ruhe hatte sich die Mutter seit Wochen gesehnt. Wochen, während derer Marlon oft stundenlang weinte und sich dabei mühsam in die Länge streckte. Das raubte der 43-jährigen Mutter alle Kräfte. Während im Haus alle schliefen, trug sie ihr weinendes Baby durch die Wohnung, wiegte es in den Schlaf. «Nach zwei Monaten war ich total erschöpft und wusste nicht mehr ein noch aus», erinnert sie sich.



«Schwere und akute Krankheiten können wir wohl **begleitend behandeln**, sie gehören aber in die Hände eines Schulmediziners.»

Manuela Pappa, Osteopathin

Normalerweise schreien Säuglinge etwa 30 Minuten pro Tag. «Jedes fünfte Baby ist aber häufig nach einer Stunde am Stück noch kaum zu beruhigen», sagt der Kinderarzt Jean-Claude Wetzol. Die Ursache für die Schreiatteckungen können selbst Mediziner oft nur erraten: Das Baby hat noch keinen Wach-Schlaf-Rhythmus gefunden, die Darmfunktionen sind ungenügend ausgereift und lösen Bauchkrämpfe aus, das Neugeborene hat Schmerzen, weil Mageninhalt zurück in die Speiseröhre fliesst, oder es leidet unter den Folgen einer traumatischen Geburt.

Weil Babys das noch nicht mitteilen können, weinen sie. Schreibabys sogar Tag und Nacht. Woche für Woche. «Für die Eltern ist das zermürbend. Sie sind erschöpft und reagieren nicht selten mit Aggressionen und Depressionen.»

So weit soll es nicht kommen, findet Jean-Claude Wetzol. Kann er eine Krank-

heit ausschliessen, macht er deshalb die Eltern seiner kleinen Patienten schon früh auf alternative Heilmethoden wie die auf die Kraft der Hände setzende Osteopathie oder die Homöopathie aufmerksam. «Oft fehlen zwar wissenschaftliche Nachweise, aber gerade bei Babys und Kleinkindern kann die Alternativmedizin meine Arbeit als Schulmediziner ergänzen und den Eltern schwierige Stunden ersparen.»

## Der Körper heilt sich selbst

Väter und Mütter von Schreibabys sitzen fast täglich in der Praxis für Osteopathie von Manuela Pappa in Wetzikon ZH. Die Therapeutin hat sich auf die Behandlung von Babys und Kleinkindern spezialisiert. «Sie reagieren häufig besser auf die Therapie als Erwachsene, weil sich ihre Selbstheilungskräfte gerade erst entwickeln», erklärt Pappa.

Selbstheilungskräfte – sie stehen im Zentrum der osteopathischen Medizin, die der amerikanische Arzt Andrew Taylor Still schon im Jahr 1874 entwickelt hat. Bei uns ist die Osteopathie erst in den letzten zehn Jahren populär geworden. Taylor Still ging davon aus,



Izabela Mülli freut sich, dass ihr Sohn Marlon keine Schreikrämpfe mehr hat und seit der Osteopathie-Behandlung zufrieden und gesund ist.

dass in jedem Körper Kräfte schlummern, mit denen er sich selbst gesund machen kann. Sie können aber nur wirken, solange Körper, Geist und Seele im Einklang sind. Diesen Einklang kann ein geübter Osteopath mit seinen Händen durch sanfte Impulse herstellen.

Das klingt diffus und abgehoben. Deshalb vergleichen Osteopathen den menschlichen Körper gern mit etwas Handfes-

tem, einem Uhrwerk, in dem jede Schraube, jedes Rädchen und jede Feder ihre Arbeit tun. «Ist eine Schraube blockiert, so tickt die Uhr nicht mehr richtig», sagt Manuela Pappa. Genau so sei es im Körper, nur bestehe der nicht aus Schrauben und Rädchen, sondern aus Gelenken, Knochen, Organen und Muskeln. Die sind alle durch ein feines Netz aus Bindegewebshäuten, sogenannten Faszien, miteinander verbunden. «Ist dieses System an einer einzigen Stelle blockiert, kann sich das über die Faszien auf eine andere Stelle und zuletzt auf den ganzen Körper auswirken», sagt Manuela Pappa. »



Osteopathin Manuela Pappa hat sich auf die Behandlung von Babys und Kleinkindern spezialisiert.

So war es vermutlich auch bei Marlon. Wie alle Babys lag er in den letzten Wochen der Schwangerschaft ziemlich eingezwängt im Bauch der Mutter. Dabei verharnte sein Kopf in einer einseitigen Lage, aus der er sich auch nach der Geburt nicht mehr recht lösen wollte. Deshalb drehte

Marlon seinen Kopf automatisch immer wieder auf die rechte Seite. «Eine solche Schiefelage des Kopfes belastet die Halswirbelsäule und die Nervenbahnen», sagt Manuela Pappa. «Das kann Beschwerden beim Schlucken, beim Trinken oder beim Verdauen verursachen.» Dadurch wird

das Baby nervös und schwer zu beruhigen, so ihre Erklärung.

Nicht nur am Hals, auch an anderen Stellen kann, so glauben die Osteopathen, schon eine kleine Blockade dazu führen, dass der ganze Körper aus dem Gleichgewicht gerät. Bei Babys äussert sich das etwa durch Still- und Schlafprobleme, Bauchkrämpfe und ständiges Erbrechen, wiederkehrende Mittelohrentzündungen oder lange Schreiattacken. «Bei solchen Beschwerden kann die Osteopathie helfen», sagt Manuela Pappa. Ein Allheilmittel ist diese Methode aber nicht. «Schwere und akute Krankheiten wie etwa Infektionen, Tumore oder Unfallverletzungen können wir wohl begleitend behandeln, sie gehören aber in die Hände eines Schulmediziners.»

#### «War es ein Wunschkind?»

Ein solcher hat auch Marlon untersucht. Der Kinderarzt fand nichts Ungewöhnliches und kam zum Schluss, dass Marlon ein gesundes Baby sei, das sich normal entwickle. Trotzdem nahmen seine Schreiattacken oft kein Ende.

Nach acht Wochen folgte Izabela Mülli dem Rat ihrer Hebamme und ging zur Osteopathin. Die wollte zuerst alles über Schwangerschaft und Geburt erfahren. Solche Vorgespräche sind für die Therapeutin wichtig, weil eine Blockierung schon im Mutterbauch entstehen kann. Manuela

Pappa stellte viele Fragen: «War das Baby ein Wunschkind? Kam es zu früh auf die Welt? Mussten die Ärzte es mit der Saugglocke holen? Oder war die Mutter während der Schwangerschaft angespannt?» All das kann sich, ist die Osteopathin überzeugt, auf das Kind auswirken.

So gesehen hat auch das Befinden der Mutter vor und nach der Geburt Einfluss auf das kindliche Uhrwerk. Das muss ihr nicht einmal bewusst sein. «Manchmal behandle ich deshalb auch die Mutter», sagt Manuela Pappa.

So erzählte Izabela Mülli der Osteopathin ihre Geschichte. Die 43-Jährige berichtete, wie sie vor 15 Jahren schon einmal Mutter wurde. Es waren Zwillingmädchen, die sich inzwischen zu gesunden Teenagern entwickelt haben. Doch auch sie waren in den ersten Monaten Schreibabys und hielten die Mutter Tag und Nacht wach. Darauf stellte sich Izabela Mülli ein, als sie wieder ein Kind erwartete.

#### Streichen, kneten, ziehen

Die Schwangerschaft mit Marlon verlief problemlos. Die Mutter arbeitete bis kurz vor der Geburt, und Marlon kam schliesslich zwei Wochen früher als geplant per Kaiserschnitt zur Welt.

Nun war das Baby acht Wochen alt und lag auf einer Wickelmatte in Manuela Pappas Praxis. Als die Osteopathin mit der eigentlichen Behandlung begann, sah das aus wie Handauflegen. Doch mit seltenen Wunderkräften hat Osteopathie nichts zu tun.

Rund fünf Jahre dauert die Ausbildung, in der die Therapeuten ihre Hände zu sensiblen Instrumenten entwickeln, ihren Tastsinn schärfen und sich ein feines Gespür für Tiefe und Räume aneignen. So ertasten sie vom Kopf bis zu den Zehen Spannungen an Muskeln, Gelenken, Bändern, Organen und am Bindegewebe. «Mit seiner feinen Technik erkennt der Osteopath Blockaden häufig lange bevor sie für den Mediziner sichtbar sind», erklärt Manuela Pappa. Solche Blockaden löst der Osteopath mit gezielten Griffen, durch Streichen, Kneten oder Ziehen.

Nebenwirkungen hat die Therapie, die von den meisten Krankenkassen aus der Zusatzversicherung bezahlt wird, kaum. «Nur selten werden die Beschwerden zu Beginn schlimmer, doch das legt sich nach wenigen Tagen», erklärt Manuela Pappa. Weil die Methode sehr sanft ist, eignet sie sich besonders für Babys. Es empfiehlt sich jedoch, dass man nach einem Osteopathen sucht, der sich auf die Behandlung von Säuglingen spezialisiert hat.

#### Fünf Sitzungen bis zum Happy End

Normalerweise zeigt sich nach vier bis sechs Behandlungen, ob die Therapie anschlägt. «Hat sich das Baby bis dahin nicht deutlich beruhigt, rate ich den Eltern meist, einen Mediziner für weitere Ab-

klärungen aufzusuchen», sagt die Osteopathin Manuela Pappa.

Das war bei Marlon nicht nötig. Nach fünf Sitzungen war er ein fröhliches und ruhiges Baby, erzählt Izabela Mülli. «Heute schreit Marlon nur noch, wenn er hungrig oder müde ist.»

#### BUCHTIPP

«Osteopathie, so hilft sie Ihrem Kind», Christoph Newiger und Birgit Beinborn, Trias, 28.90 Fr.

#### WEITERE INFOS

Osteopathen in der Schweiz finden Sie unter

[www.osteopathes-suisse.ch](http://www.osteopathes-suisse.ch)

Hilfe für Eltern von Schreibabys gibt es bei der Fachstelle für Säuglingsfragen

[www.schreibabys.ch](http://www.schreibabys.ch) und der Elterninitiative [www.schreibabyshilfe.ch](http://www.schreibabyshilfe.ch)



#### Berührende Methoden – Sanfter Druck und gezielte Impulse

### Alternative Hilfen für Schreibabys

**Neben der Osteopathie** versuchen auch andere alternative Heilmethoden die Ruhe zurück in die junge Familie zu bringen.

#### Craniosacral-Therapie

Aus der Osteopathie entwickelte sich die Craniosacral-Therapie. Hier wird mit sanften Berührungen das Craniosacrale System des Babys aktiviert. Es beginnt beim Steissbein, geht über den Wirbelkanal zum Kopfinneren und ist gefüllt mit Hirn- und Rückenmarksflüssigkeit. Normalerweise genügen sechs Behandlungen.

#### Homöopathie

Als begleitende Therapie von Osteopathie und Craniosacraltherapie hat sich

die Homöopathie bewährt. Mit Hilfe von speziellen Heilmitteln in Form von Kügelchen oder Tropfen soll die Lebenskraft des Patienten wieder auf den richtigen Weg gebracht werden. Häufig wird die Mutter eines Schreibabys mitbehandelt.

#### Kinesiologie

Auch die Kinesiologie lässt sich gut mit anderen Heilmethoden kombinieren. Mit dem sogenannten Muskeltest spürt der Kinesiologe Stress und Unausgeglichenheit auf. Dabei übt er leichten Druck auf den Arm oder das Bein aus. Kann die Testperson dem Druck nicht standhalten, ist das ein Zeichen für Stress. Die Kinesiologie

aktiviert dann die Selbstheilungskräfte des Körpers. Dadurch wird Stress abgebaut. Bei Babys macht der Kinesiologe den Muskeltest meist bei der Mutter.

#### Chiropraktik

Ist die Halswirbelsäule des Babys nicht symmetrisch gewachsen, kann möglicherweise ein Chiropraktor helfen. Er behandelt die Gelenke mit gezielten Impulsen. Das tut dem Baby nicht weh, weil sich sein Nacken während der Behandlung in einer neutralen Position befindet. Normalerweise genügen zwei bis drei Behandlungen. Wichtig ist die Wahl eines Therapeuten, der sich auf die Behandlung von Babys spezialisiert hat.

ANZEIGE



> Hören Sie noch alles?

Gratis und unverbindlich:  
Der Neuroth-Telefonhörtest

0800 248 248

[www.telefonoertest.ch](http://www.telefonoertest.ch)

NEUROTH  
Besser hören. Besser leben.

# Vergünstigte Tickets für Mummenschanz in Bern

Die Jubiläumstour der weltbekannten Schweizer Theatergruppe ist mit rekordverdächtigen Besucherzahlen erfolgreich gestartet. Als Leserin und Leser der **Schweizer Familie** profitieren Sie jetzt von **20 Prozent Rabatt auf die Eintrittspreise** für die Zusatzvorstellungen vom 1. und 2. März in Bern.

## MUMMENSCHANZ

40 JAHRE 年 AÑOS سنوات YEARS שנים ANS

Zwei Augen, zwei Ohren, ein Mund – aus Knetmasse, Papier, Draht oder Klopapierrollen. Mummenschanz ist ein Theater ohne Worte, dafür mit Mimik und Gestik. Mummenschanz ist Ort der Fantasie, ist geheimnisvoll und macht nachdenklich. Mummenschanz lädt aber auch zum Lachen ein.

Lassen auch Sie sich von 40 Jahren Mummenschanz verzaubern und bestellen Sie jetzt Ihre Tickets für eine der Zusatzvorstellungen in Bern. Als Leserin und Leser der «Schweizer Familie» profitieren Sie von 20 Prozent Ermässigung.

### TICKETPREISE:

Kat. 1: **54 Franken** (statt 68)  
Kat. 2: **46 Franken** (statt 58)  
Kat. 3: **38 Franken** (statt 48)  
Kat. 4: **30 Franken** (statt 38)  
(sichtbehindert)

### VORSTELLUNGEN:

**Donnerstag, 1. März 2012**  
**Freitag, 2. März 2012**  
**20 Uhr**  
**Theater National Bern**  
Hirschengraben 24  
3011 Bern

**TICKETBESTELLUNG:** Vergünstigte Karten können vom 1. bis zum 31. Dezember 2011 via Ticketcorner unter 0900 800 800 (CHF 1.19/Min. ab Festnetz), sowie an allen üblichen Vorverkaufsstellen bezogen werden. Bitte geben Sie dabei das Stichwort «Schweizer Familie» an.

Nur solange Vorrat. Das Angebot ist nicht mit anderen Vergünstigungen kumulierbar und gilt für maximal sechs Tickets pro Familie. Weitere Karten erhalten Sie zum regulären Preis. [www.mummenschanz.com](http://www.mummenschanz.com)

