

DORN-TERAPIE UND BREUSS-MASSAGE

Die Dorn-Therapie ist benannt nach ihrem Erfinder Dieter Dorn.

Er erkannte verrutschte (sog. „blockierte“) Wirbel und Gelenke als Ursache der meisten Schmerzen an Wirbelsäule und Bewegungsapparat.

Er perfektionierte die überlieferten manuellen Techniken verschiedener Therapeuten aus dem süddeutschen Raum und entwickelte seine eigene Therapie. Im Gegensatz zur klassischen manuellen Therapie setzt die Dorn-Therapie nur sehr geringe Kräfte ein, in der Regel den Druck des Daumens, um verrenkte Wirbel und Gelenke wieder einzurichten. Deshalb ist sie ungefährlich und hervorragend verträglich.

Die Grundlage der Therapie ist das Einrichten des Hüftgelenkes und Beckens, um die Basis der Wirbelsäule wieder ins Lot zu bringen. Dann erfolgt schrittweise die Kontrolle der Knie- und Fußgelenke. Erst dann sollten die Wirbel von unten nach oben hin untersucht und gegebenenfalls korrigiert werden.

Um Einzurenken drückt der Therapeut den Wirbel in eine bestimmte Richtung, der Patient bewegt dabei einen Körperteil, um rhythmisch Muskeln anzuspannen und zu entspannen. Sanft gleitet der Wirbel in die richtige Position. Die Muskeln entkrampfen sich, der Schmerz kann sich lösen.

MASSAGE

Begleitet wird die Dorn-Therapie meist von einer wohltuenden Massage, der Breuss-Massage. Diese lockert verspannte Muskeln und streckt sanft die verspannte Wirbelsäule.

Empfehlenswert ist die Dorn-Breuss-Therapie bei folgenden Problemen:

- **chronische Kopfschmerzen**
- **Lumboischialgie („Ischias-Nerv“), also Schmerzen in Lendenwirbelsäule und Beinen**
- **Schmerzen der Brustwirbelsäule**
- **Nackenverspannungen**

