

Diese Informationsschrift beschreibt die Methode „Applied Kinesiology“, die sich zunehmender Bekanntheit und Anerkennung erfreut, andererseits aber auch mit Methoden, die sich ähnlich nennen, aber nichts mit Applied Kinesiology zu tun haben, verwechselt wird.

**Das ist Applied Kinesiology (AK)**

Applied Kinesiology ist eine Methode, die mit funktionell neurologischen Tests, zu denen die manuelle Muskeltestung gehört, arbeitet. Mit Hilfe dieser Tests können Funktions- und Fehlfunktionszustände des Organismus in den Bereichen des Bewegungssystems, des Stoffwechsels und der Psyche bestimmt werden und ursächliche Zusammenhänge bei Erkrankungen in diesen Bereichen erfasst werden.

Die Diagnostik umfasst auch die Erarbeitung der bestmöglichen Therapie: Bevor sie verordnet oder durchgeführt wird, kann das wahrscheinliche und erhoffte Resultat sowie die Verträglichkeit der Therapie vorbestimmt werden. In diesem Falle tritt im Test eine momentane Verbesserung der zuvor gefundenen gestörten Funktionen ein.

Der Amerikaner George Goodheart, Doctor of Chiropractic, ist der Entdecker der Applied Kinesiology. Er fand bei einem Patienten

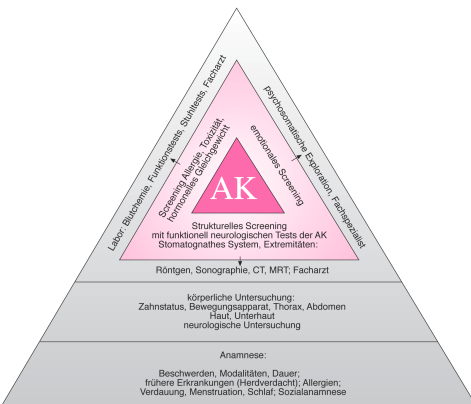


Abb. 1.: Die AK-Untersuchung ist eingebettet in solide Schulmedizin

mit einem Schulterproblem, das allen Therapien getrotzt hatte, dass speziell ein Muskel, der Serratus anterior, schwach war und die Instabilität der Schulter verursachte. Durch eine Massage von knötchenartigen schmerzhaften Verdickungen im Muskelansatz normalisierte sich die Funktion sofort. Seit 1964 integrierte er Methoden der Chiropraktik, der Osteopathie, der Akupunktur, der Orthomolekularen Medizin und viele andere zu einem wirklich ganzheitlichen Diagnose- und Therapiesystem. AK-Therapeuten verwenden das Modell der „Triad of Health“, das „Dreieck der Gesundheit“, bestehend aus gleichen Seiten von Struktur (Bewegungsapparat), Chemie (Stoffwechsel) und Psyche. Ist einer dieser drei Aspekte gestört, d.h. eine der Seiten wird zu mächtig oder defizient, dann kommt das Gesamtsystem aus dem Gleichgewicht. Gesundheitsstörungen können also nicht eindimensional sondern müssen vernetzt betrachtet werden.

Die funktionell neurologische Testung ist immer nach den jeweiligen Erfordernissen in ein medizinisches Diagnosesystem integriert. Sie ist eine notwendige Ergänzung und Vervollständigung üblicher Diagnostik, die aus Befragung, körperlicher Untersuchung, Labor und technischen Diagnostikverfahren (z.B. CT und MRT) besteht (s. Abb. 1). Die Stärke dieser schulmedizinischen Verfahren ist es, manifeste, klinische Pathologie zu erkennen. Die „Zwischentöne“ der Funktionsstörungen, die den Praxisalltag bestimmen, d.h. ca. 70% aller Gesundheitsstörungen, wegen denen Patienten einen Arzt aufsuchen, sind die Domäne funktioneller Methoden wie der Applied Kinesiology.

**Welche Unterschiede gibt es zur „Angewandten Kinesologie“?**

Applied Kinesiology (AK) wird im Unterschied zur „Angewandten Kinesologie“ und anderen „Kinesologie“-formen, die vor allem von Laien angewandt werden, ausschließlich von Therapeuten mit einem medizinischen Abschlussexamen ausgeübt. Die klassische Form der AK bietet daher als einzige das volle Spektrum der therapeutischen Möglichkeiten. Die Ausbildung wird vom International College of Applied Kinesiology (ICAK) geregelt, das die Lehrer bestellt und Ausbildungsnachweise nach entsprechenden Prüfungen ausgibt. So hat der Patient die Gewissheit, dass die Ausbildung auf einem medizinischen Niveau stattgefunden hat, das für medizinische Laien nicht erreichbar ist.

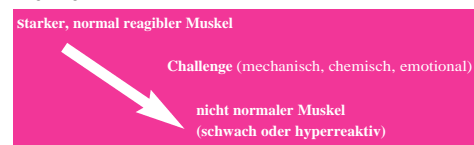
Der Begründer der Laienversion (ursprünglich „Touch for Health“, in Deutschland meist „Angewandte Kinesologie“), John Thie, beabsichtigte im Gegensatz dazu, Alltagshilfestellungen für Eltern, Betreuer und Lehrer zu geben.

**Das grundlegende Prinzip der Applied Kinesiology: der Challenge**

In einfachen Worten ist dies so zu beschreiben: Der Therapeut wird den Patienten nach der Erhebung einer üblichen Anamnese (Krankengeschichte) entsprechend untersuchen. Die Reaktion („Stärke“) verschiedener Muskeln, die erfahrungsgemäß einen Zusammenhang mit der beklagten Störung haben, wird geprüft. Anschließend wird eine diagnostische Provokation (Challenge) ausgeführt, die jeweils spezifisch für die entsprechende Fragestellung ist. Während oder nach Ausführen der diagnostischen Provokation wird einer oder mehrere Muskeln erneut getestet und die Änderung der Muskeltestreaktion notiert und interpretiert. Je nach Fragestellung kann ein Challenge chemischer (den Stoffwechsel betreffend), mechanischer (das Bewegungssystem betreffend) oder emotionaler Natur sein. Dabei können prinzipiell zwei Kategorien von Fragestellungen unterschieden werden:

**1. Untersuchung von potentiell schädenden oder belastenden Faktoren**

Eine Provokation mit Faktoren, die negativ oder belastend wirken, zeigt folgende Reaktion:



Ein Beispiel soll dies verdeutlichen: Der M. rectus femoris (gerader Oberschenkelmuskel) ist dem Dünndarm zugeordnet. Er kann optimal (wie auch andere Muskeln) beispielsweise für einen Nahrungsmitteltest verwendet werden, da sich Unverträglichkeitsreaktionen potentiell an den Schleimhäuten des Magendarmtraktes manifestieren. Zunächst wird der M. rectus femoris getestet und geprüft, ob er normal reagibel ist, d.h. nicht nur „stark“, sondern mit definierten Mitteln auch schwächbar.

Im Anschluss daran nimmt der Patient beispielsweise die zu testende Milch in den Mund (chemischer Challenge) und derselbe Muskel wird erneut getestet. Ist die Milch verträglich, ändert sich die Muskeltestreaktion nicht („negativer Challenge“). Ist die Milch unverträglich, so kommt es zu einer Schwächung oder zu einer Hyperreaktion (nicht mehr Schwächbarkeit) des Testmuskels, d.h.

der Challenge ist positiv. Chemische Reize, die über die Geschmacks- und Geruchsrezeptoren aufgenommen werden, führen, wenn sie den Organismus belasten, zu vegetativen Reaktionen wie Pulsbeschleunigung und Schwitzen (Grundlage des schulmedizinischen sog. „oralen Provokationstests“) aber auch zu skelettmuskulären, was die Grundlage des AK-Tests ist.

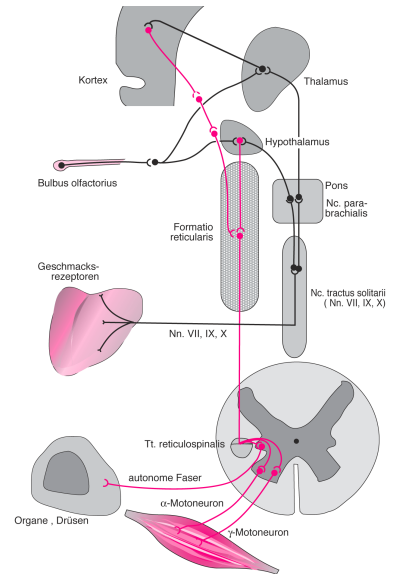


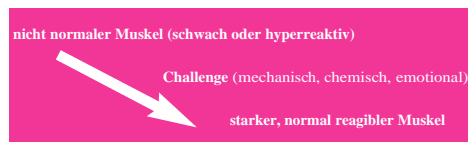
Abb.2: Neurologisches Modell für den oralen chemischen Challenge (aus: H. Garten, Applied Kinesiology, Urban & Fischer, 2004)

**2. Untersuchung von potentiell helfenden Maßnahmen manueller Therapie, Medikamente, etc.:**

1. Beispiel (Medikamententest): Soll beispielsweise getestet werden, ob ein bestimmtes Arzneimittel für einen Fall von Bronchitis angezeigt und wirksam sowie verträglich ist, so kann beispielsweise vom Deltamuskel (M. deltoideus) der Schulter, der der Lunge funktionell zugeordnet ist und entsprechend bei Lungenerkrankungen häufig im Muskeltest

funktionell schwach ist, ausgegangen werden. Der Patient (Patientin) nimmt das zu testende Vitamin C- Präparat oder jedes andere Medikament in den Mund und der vorher schwache M. deltoideus wird erneut getestet. Ist das zu testende Heilmittel wirksam für den Patienten und gleichzeitig verträglich, so wird der Muskel momentan stark und normal reagibel. Diese Veränderung der Muskeltestreaktion hält nur solange an, wie die Substanz im Mund ist. Eine dauerhafte Verbesserung des Befindens ist natürlich erst bei ausreichend langer Einnahme gewährleistet.

Die Provokation mit allen Faktoren, die dem Patienten helfen (z.B. Medikamententest), zeigt folgende Reaktion:



2. Beispiel (mechanischer Challenge):

Eine Domäne der AK ist die manuelle Medizin. Bei Störungen des Bewegungssystems kann der mechanische Challenge verwendet werden. Beispielsweise werden beckenstabilisierende Muskeln wie die ischiokrurale Muskulatur (Oberschenkelstrecker), die durch eine Beckenverwringung schwach testen, momentan stark, wenn der Patient in Bauchlage so auf spezielle Keile positioniert wird, dass die Beckenverwringung korrigiert wird. Dieser strukturelle Challenge sagt damit aus, in welche



Abb. 3.: Mechanischer Challenge einer Beckenverwringung mit AK; diese Positionierung wird dann zur Korrektur des Beckenfehlers benutzt

Richtung der Beckenfehler korrigiert werden muss (z.B. auf den Keilen liegend).

In der Kieferorthopädie korrigiert eine richtig angepasste Aufbisschiene vorher schwache Muskeln im Sinne eines strukturellen mechanischen Challenge.

### Therapielokalisation

Eine Abwandlung des Challenge ist die so genannte Therapielokalisation, bei der der Patient mit seinem Finger eine potentiell gestörte Region berührt. Liegt an der vom Patienten berührten Stelle eine Abweichung von der Norm vor, so ändert sich die Muskeltestreaktion momentan.

Ein Herdtest im Zahnbereich kann folgendermaßen durchgeführt werden:

Ein normal reagierender starker Indikator Muskel wird gesucht. Der Patient berührt dann den potentiell beherdeten Zahn mit seinem Finger. Während dessen wird der Indikator Muskel erneut getestet. Liegt eine Störung des berührten Zahnes vor, so wird der vorher normale Muskel nunmehr schwach oder hyperreaktiv (stark aber nicht schwächbar).

Auch die zuletzt beschriebenen Testphänomene sind durch neurologische Mechanismen vermittelt aber auch durch nicht nervale Informationssysteme wie Biophotonen und das System der Grundregulation nach Pischinger.

### Was sind die Stärken der AK, welche Indikationen gibt es für sie?

Grundsätzlich liefert die Applied Kinesiology die Möglichkeit, mit Hilfe von einfachen Übersichts- (Screening)- Tests bei einem komplexen Krankheitsbild die richtige Therapierichtung (manuell, reflextherapeutisch, metabolisch oder psychotherapeutisch orientiert) zu bestimmen.

#### Die Indikationen im Speziellen:

##### Allgemeinmedizin

- Dysbiosetestung (Kandidosen, Parasitosen) und -therapie
- Testung von Nährstoff-Mangelzuständen
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Allergien
- Testung von Belastung mit Schwermetallen, Pestiziden und anderen chemischen Stoffen
- Entzündliche Erkrankungen wie Rheuma
- Hauterkrankungen

#### Orthopädie, Neurologie

- Wirbelsäulen-Syndrome, Bandscheibenleiden
- Kopfschmerzen, Migräne
- Extremitätenprobleme und Sportverletzungen
- Skoliose
- Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätssyndrome (Legasthenie, Dyskalkulie)

#### Gynäkologie, Urologie

- hormonelle Störungen, Menstruationsstörungen
- Prämenstruelles Syndrom
- Inkontinenz
- Prostatabeschwerden

#### Zahnmedizin, Kieferorthopädie

- Optimale Anpassung kieferorthopädischer Apparaturen (Bionator, Aufbisssschienen, u.a.)
- bei Schmerzsyndromen, die durch Fehlbiss entstehen (Kopfschmerzen, Wirbelsäulenschmerzen, Extremitätenschmerzen),
- bei Lernstörungen, Konzentrationsstörungen, Verhaltensstörungen aber auch
- bei Fehlbiss von ästhetischer Bedeutung;
- Herd- und Störfelddiagnostik.
- Testung von Zahnersatzmaterialien.

### Informationen sind erhältlich bei der

Deutschen Ärztegesellschaft für Applied Kinesiology (DÄGAK; offizielles Chapter des ICAK)  
 Nederlinger Str. 35, D-80638 München  
 Tel.: 089/1595951, Fax: 089/1596161,  
 Internet: www.DAEGAK.de  
 email: VKMAKPG@aol.com

Diese Broschüre wurde Ihnen überreicht von (Praxisstempel)

**Applied Kinesiology**

Was ist das?  
 Informationsbroschüre

Dr. med. Hans Garten

VKM Verlag für Komplementäre Medizin