

# Dem Kopfschmerz auf der Spur

## Ein Muskeltest bringt häufig Aufklärung

*Kopfschmerzen sind eines der häufigsten Volksleiden. Laut einer aktuellen Forsa-Umfrage leiden mehr als zwei Drittel der Erwachsenen mindestens einmal pro Jahr unter Kopfweh, ein Viertel der Frauen trifft es sogar mehrmals pro Monat. „Halb so schlimm“, denken viele: Schließlich sind Kopfschmerztabletten an jeder Straßenecke zu haben. Doch ASS, Paracetamol und Co. sind nicht so unproblematisch wie ihr Ruf ...*



*Zurück zu mehr Lebensqualität: Die Applied Kinesiology kann Kopfschmerzauslöser finden und stoppen.*

**S**tatt sich immer nur kurzfristig um die Schmerzlinderung zu kümmern, lohnt es sich daher, der wahren Ursache auf den Grund zu gehen. Und die liegt manchmal in ganz anderen Bereichen als vermutet. So etwa bei der 15-jährigen Britta aus Bad Mergentheim. Das Mädchen hatte eine lange Leidensgeschichte in Sachen Kopfweh. Man schob dieses auf einen Fehlbiss und sie bekam eine Spange. Die machte das Ganze nur noch schlimmer. Auf eine Empfehlung hin ging ihre Mutter daraufhin mit ihr zu einem Zahnarzt, der auf Applied Kinesiology (AK) spezialisiert ist. Sie berichtet: „Der AK-Experte stellte mithilfe eines Muskeltests fest, dass Britta einen Beckenschiefstand hat. Die dadurch auftretende Spannung steigt bis zum Kiefergelenk auf.“ Der AK-Zahnarzt fand außerdem den Grund für den Beckenschief-

stand: Die einseitige Schwächung eines Hüftmuskels hatte eine Verdrehung im Beckenbereich verursacht, die daraufhin durch einen Manualtherapeuten korrigiert wurde.

„Jetzt war natürlich die Frage: Warum ist der Muskel geschwächt? Auch darauf fanden beide eine Antwort“, erzählt Britta. Eine lang zurückliegende Verletzung am Sprunggelenk hatte auf Dauer zu einer fehlerhaften Nervensteuerung des Muskels geführt. Nach der Therapie der alten Verletzung mittels Injury Recall Technique (IRT) normalisierten sich Muskel und Becken wieder. „Dadurch war dann der Biss auch wieder o.k. und das Kopfweh verschwand“, berichtet Brittas Mutter. „Die Spange lässt Britta jetzt erst einmal weg. Mal sehen, ob sie überhaupt noch eine braucht.“

### Im Körper hängt alles zusammen

Immer mehr Zahnärzte und Kieferorthopäden lassen sich gemeinsam mit Ärzten und Physiotherapeuten in AK ausbilden. Es wird mehr und mehr bekannt, dass Störungen im Kiefer nach unten auf den ganzen Körper ausstrahlen können – oder umgekehrt: „Auch Muskelfehlfunktionen an Beinen, Be-

### Applied Kinesiology – Was ist das?

Applied Kinesiology ist eine ganzheitliche Untersuchungs- und Therapiemethode. Ihr wichtigstes Werkzeug ist der diagnostische Muskeltest. Er eignet sich gut, um gezielt nach den Auslösern für wiederkehrende Beschwerden zu suchen. Diese liegen oft fernab vom Symptom und es bestehen viele Wechselbeziehungen zwischen den Bereichen Struktur (Muskeln und Gelenke), Biochemie (z.B. Stoffwechsel, Allergien oder Umwelteinflüsse) und Psyche.

Der amerikanische Arzt Dr. George Goodheart machte in den 1960er-Jahren die AK international bekannt. Ein bis heute vertretener Grundsatz ist, dass ausschließlich Therapeuten mit medizinischem Abschluss-examen die AK anwenden dürfen. Die AK-Ausbildung wird in Deutschland von der Ärztesellschaft für Applied Kinesiology (DÄGAK) geregelt.

Therapeuten in Ihrer Nähe finden Sie unter [www.dagak.de](http://www.dagak.de).



*Zahnarzt Dr. med. dent. Ulrich Angermaier weiß, dass Kopfschmerzen und Zahnprobleme oft in ganz anderen Körperregionen beginnen.*



*Woher kommt der Kopfschmerz? Beim AK-Muskeltest gibt der Körper selbst die Antwort.*

So bestehen häufig Wechselwirkungen zwischen Kopfschmerz und Stoffwechsel, z. B. bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Schwermetall- und anderen Umweltbelastungen. Und auch der Hormonhaushalt, das Lymphsystem, Stress oder Zahn-Störfelder sind oft verdeckte Auslöser. Es lohnt sich also, Kopfschmerzen als Warnsignal zu betrachten und ihnen auf den Grund zu gehen – insbesondere dann, wenn sie immer wiederkommen.

cken und Wirbelsäule können oberhalb der Schulter Symptome verursachen. Durch sogenannte ‚aufsteigende Ketten‘ werden Spannungen in der unteren Körperhälfte bis zum Kiefergelenk weitertransportiert“, sagt Dr. med. dent. Ulrich Angermaier, der im Auftrag der Deutschen Ärztesellschaft für Applied Kinesiology lehrt.

Doch die Zusammenhänge sind nicht auf das Skelettsystem begrenzt.

### Mein Kopfschmerz – ein Fall für AK?

10 Ursachen für Kopfweh, die mit AK diagnostiziert und therapiert werden können:

1. Fehlhaltungen
2. Biss- und Kieferprobleme
3. Alte Verletzungsmuster, z. B. Schleudertrauma
4. Halswirbelsäulenbeschwerden und Verspannungen
5. Darmprobleme durch Fehlernährung, Pilze
6. Hormonelle Störungen
7. Umweltbelastungen durch Amalgam, Weichmacher usw.
8. Augenprobleme, wie latentes Schielen
9. Stress und andere psychische Faktoren
10. Kreislaufstörungen, wie hoher Blutdruck

► DÄGAK Deutsche Gesellschaft für Applied Kinesiology  
Nederlinger Straße 35  
80638 München  
Tel.: 089 / 159 59 51  
PAK@daegak.de  
www.daegak.de