

Orthopädische Manuelle Therapie (OMT) – von der „Krankengymnastik“ zur großen Handwerkskunst des Heilens

Rückenschmerzen, Bandscheibenvorfälle und blockierte Bewegungsabläufe zählen zu den typischsten Volkskrankheiten in modernen Gesellschaften. So gehen laut einer Studie der Betriebskrankenkassen (BKK)¹ von 2013 allein in Deutschland immerhin fast ein Drittel aller Ausfalltage und Krankmeldungen bei Arbeitnehmern auf das Konto von Muskel- und Skeletterkrankungen. Die Ursachen und Auslöser für diese Entwicklung sind dabei so vielfältig wie die Krankheitsbilder selbst – angefangen bei mangelhafter Bewegung in der Freizeit bis hin zur ergonomisch falschen Haltung am Arbeitsplatz. Ebenso mannigfaltig gestalten sich aber auch die Mittel und Wege, um die Beschwerden zu behandeln und die Schmerzen gezielt zu beseitigen. Als schnellster und vermutlich einfachster Weg gilt wohl die Einnahme von schmerzlindernden Medikamenten oder die Behandlung muskulärer Probleme mithilfe selbst angewandter Wärmetherapien wie Fango, Wärmepflaster, etc. Beides stellt auf lange Sicht aber oft nur eine kurzfristige Lösung dar und die Beschwerden können zu einem späteren Zeitpunkt erneut auftreten.

Der zweite Weg führt dann zumeist direkt zum Hausarzt oder zum orthopädischen Spezialisten, wo das körperliche Leiden zwar erkannt, aber die eigentlichen Ursachen der Schmerzen zumeist nur im Rahmen seiner medizinischen Möglichkeiten behandelt werden. Bringen auch die im Zuge dessen angewandten Methoden nicht den erhofften Erfolg, bleibt ergänzend noch die Heilbehandlung mit den Händen. Physiotherapeutische und osteopathische Anwendungen wie bspw. klassische Massagen versprechen hier zügig Linderung, indem die manuellen Therapien die eigentliche Ursache eines Problems angehen und langfristig zu beheben versuchen. Aber nur bei der Manuellen Therapie (MT) bzw. bei der Orthopädischen Manuellen Therapie (OMT) erhält der Patient eine individuelle und gezielt auf dessen Beschwerden angepasste Behandlung, die eine Dysfunktion des Bewegungsapparats nicht nur als rein biomedizinisches Problem betrachtet, sondern diese auch in einen biopsychosozialen Kontext setzt. Damit können diese Spezialdisziplinen zurecht als höchste Handwerkskunst des Heilens verstanden werden, die nur Therapeuten praktizieren dürfen, die über ein entsprechendes staatlich anerkanntes Zertifikat verfügen.

Mediziner – Manual Therapeut – Heilpraktiker

Während schulmedizinische Therapien häufig schnelle Erfolge im Kampf gegen den Schmerz feiern, werden die Behandlungsmethoden der Heilpraktiker und Physiotherapeuten nicht selten als „Krankengymnastik“ bzw. „esoterische Spinnereien“ belächelt. Denn die meisten Patienten, die mit Rückenschmerzen oder anderweitigen Beschwerden des Bewegungsapparats zum Hausarzt gehen, versprechen sich eine möglichst rasche Behebung ihrer Beschwerden und verzichten lieber auf eine grundlegende Behandlung des eigentlichen Problems, um schnell wieder auf die Beine zu kommen. So versteht es sich fast von selbst, dass ein Großteil bevorzugt auf Schmerztabletten zurückgreift, anstatt sich gemeinsam mit einem Therapeuten auf die Suche nach den Ursachen und Auslösern der Schmerzen zu begeben.

Dabei ist die manuelle Therapie als solche im Grunde genommen so alt wie die Menschheitsgeschichte selbst und wird seit Generationen angewandt. Zumindest lässt sie sich bis in die Antike zurückverfolgen und war auch schon zu Hippokrates Zeiten durchaus ein Begriff. Nicht ohne Grund, denn laut mehrerer Studien² des Medical Centre der Universität von Amsterdam verspricht diese Form der Behandlung auch heute noch deutlich bessere und kosteneffektivere Heilungschancen als alle anderen Schmerztherapien. Dennoch sollte ein Patient sich auf der Suche nach professioneller Hilfe durch die reine Begrifflichkeit der manuellen Therapie nicht allzu leicht blenden lassen. Denn auch wenn diese bei Osteopathen sowie Chiro- und Heilpraktikern gleichermaßen zum Einsatz kommt, muss nicht jeder auf diesem Gebiet auch eine entsprechende Ausbildung genossen haben. Demgegenüber handelt es sich bei einem „Manual Therapeuten“ um ein Berufsbild bzw. ein wissenschaftlich fundiertes „Handwerk“, dem eine umfassende Aus- und Weiterbildung zugrunde liegt. Während Osteopathen und Heilpraktiker ihre manuellen Therapien eher auf traditionellem Wissen und physiotherapeutischen Methoden aufbauen, die im weitesten Sinne ungeprüft und individuell ausgelegt werden, sind die Qualitätsstandards in der Manuellen Therapie (MT) klar definiert und obliegen einer strikten Kontrolle.

Manuelle Therapie (MT) – dem Schmerz gemeinsam auf der Spur

Die Manuelle Therapie (MT) gilt als eine der ältesten Heilmethoden und ist eine Spezialisierung innerhalb der Physiotherapie, welche sich mit der systematischen physiotherapeutischen Untersuchung und Behandlung des gesamten Bewegungssystems auf Grundlage der Erkenntnisse der "westlichen" Medizin und der zur ihr gehörenden Disziplinen befasst. Indem diese Therapieform neue oder andere Sichtweisen nicht dogmatisch

ausschließt und für die Behandlung auch schulmedizinische Grundlagen heranzieht, bekennt sie sich zum Prinzip der evidenzbasierten Praxis. Somit handelt es sich im weitesten Sinne um ein wissenschaftlich fundiertes "Handwerk", das sich in einem ständigen Entwicklungsprozess befindet. Das umfassende Konzept basiert dabei vor allem auf der Behandlung mit den Händen zur Schmerzlinderung, zur Mobilisierung und zur Beeinflussung der Gewebebeschaffenheit. Je nach Indikation kommen dabei aber auch physikalische Therapien, aktives Training mit und ohne Gerät zur Steigerung der Belastungsfähigkeit zum Einsatz. Eine überaus wichtige Rolle spielen aber vor allem die Beratung und Instruktion des Patienten, damit die erreichten Therapieziele zur Schmerzlinderung und Funktionsverbesserung auch langfristig gesichert werden.

Ein Schwerpunkt der Manuellen Therapie begründet sich wohl aber in der Berücksichtigung der Persönlichkeit des Patienten und dessen generellem Verhalten sowie alltäglichen Lebensumstände. Davon ausgehend entwickelt der Therapeut eine ganzheitliche, biopsychosoziale Sichtweise auf die Beschwerden am Bewegungsapparat und betrachtet diese nicht nur als ein rein biomedizinisches Problem. Vielmehr tritt der Therapeut auf der Suche nach einer Lösung für ein Problem in einen Dialog mit dem Patienten, um den für ihn effektivsten Behandlungsansatz zu finden, welcher mögliche Symptome nicht nur kurzfristig beseitigt. Grundlagen der manuellen Therapie werden zum Teil bereits während der Berufsausbildung zum Physiotherapeuten vermittelt. Wer sich auf diesem Gebiet weiter spezialisieren will, muss zunächst eine sechswöchige Ausbildung zum Manualtherapeuten vornehmen und eine Zertifikatsprüfung erfolgreich bestehen, die später zur Abrechnung der Position „Manuelle Therapie“ gegenüber den Krankenkassen berechtigt. Für die Qualifizierung zum OMT sind hingegen weitere 2 Jahre (260 Unterrichtsstunden) der Fortbildung erforderlich, um die Fähigkeiten und das Wissen auf den Gebieten der evidenzbasierten Praxis, dem wissenschaftlichen Arbeiten und dem „Clinical Reasoning“ entsprechend zu vertiefen.

Orthopädische Manuelle Therapie (OMT) – wenn Patient und Therapeut gleichermaßen profitieren

Die Vorteile der Manuellen Therapie (MT) für den Patienten liegen sprichwörtlich auf der Hand. Will er sich optimal behandeln lassen, sollte er sich jedoch einem Therapeuten anvertrauen, der sein Wissen auf dem Gebiet der Orthopädisch Manuellen Therapie (OMT) nochmals vertieft hat. Denn durch die Verknüpfung der eigentlichen Behandlungspraxis mit hochaktuellen Themen wie bspw. der klinischen Entscheidungsfindung (Clinical Reasoning) und der Einbeziehung klassischer Beurteilungsprozesse aus der modernen Schulmedizin können körperliche Beschwerden noch schneller lokalisiert und eine umfassende Anamnese erstellt werden. Der Patient profitiert dadurch von effektiveren Behandlungsansätzen, die gezielt auf dessen persönlichen Anforderungen zugeschnitten sind – vom Schmerzmanagement (Aufklärung, Unterstützung, Anleitung, etc.) über beweglichkeitsfördernde Maßnahmen bis hin zu medizinischem Training. Doch nicht nur der Patient profitiert von der Zusatzqualifikation, auch der Therapeut selbst. Dank des vorhandenen Fachwissens kann auch er seine Diagnosen deutlich schneller erstellen, eine individuelle Behandlung ableiten und die therapeutischen Maßnahmen messbar machen. Daraus resultierend wird die Therapie nicht nur kosteneffektiver, sondern sorgt für eine durchweg positivere Resonanz, sei es nun in mentaler oder körperlicher Form. Ein Behandlungserfolg, der sich schnell herumspricht – auch unter den Kollegen. Ganz zu schweigen von den besseren Perspektiven auf dem hart umkämpften Berufsmarkt, die sich aufgrund der hohen Fachkompetenz und der Zusatzqualifikation von ganz allein einstellen werden.

Eine Therapie unter der Regie eines OMT-Spezialisten spricht also in vielerlei Hinsicht für sich. Auch aktuelle Studien² des Medical Centre der Universität von Amsterdam bestätigen, dass eine Orthopädisch Manuelle Therapie zügiger zu einer wahrnehmbaren Verbesserung führt und die Behandlung dadurch weniger kostenintensiv ausfallen lässt, als es für eine herkömmliche Physio- oder Schmerztherapie üblich ist. Doch anstatt sich mit den kurzfristigen Erfolgen zufriedenzugeben, geht die OMT noch einen Schritt weiter. Nach jeder individuellen Behandlung werden Kontrolltests vorgenommen und Wiederbefunde fortlaufend analysiert, um den Heilungsverlauf kontinuierlich überprüfen und die Therapie entsprechend anpassen oder wenn nötig sogar abbrechen zu können. Und ist die Behandlung erfolgreich verlaufen, gibt der Therapeut dem Patienten noch spezielle Übungen mit auf dem Weg, um die betroffenen Bereiche des Körpers in puncto Ausdauer, Kraft oder Koordination langfristig zu konditionieren. Schließlich soll der Patient auch in Zukunft beschwerdefrei bleiben.

Weiterbildung zum Orthopädisch Manuellen Therapeuten (PT-OMT)

Wie in so vielen Bereichen lassen sich Wissen und Fertigkeiten auch auf dem Gebiet der Manuellen Therapie (MT) weiter vertiefen, um den Patienten noch besser dabei helfen zu können, die körperliche Leistungsfähigkeit zu erhalten, bestmöglich wiederherzustellen oder evtl. vorhandene Schmerzen zu lindern bzw. zu beseitigen. Bei der Orthopädischen Manuellen Therapie (OMT) handelt es sich dabei um eine Zusatzqualifikation für Physiotherapeuten mit erfolgreich abgeschlossener MT-Ausbildung, die ihr manualtherapeutisches Wissen weiter ausbauen wollen. Die Besonderheit: Die Fortbildung gibt es in dieser Form nur in Deutschland, wobei die IFOMPT-anerkannten Weiterbildungsmaßnahmen zum jetzigen Zeitpunkt lediglich bei einem von vier autorisierten Ausbildungsträgern absolviert werden können, die der Deutschen Föderativen Arbeitsgemeinschaft e.V. (DFAMT) angehören.

In rund 2,5 Jahren (1066 Unterrichtseinheiten) durchläuft der Teilnehmer dabei berufsbegleitend ein anspruchsvolles Programm an Kurs- und Prüfungseinheiten, die den internationalen Standards der IFOMPT entsprechen. Im Verlauf dessen werden sowohl theoretische Kenntnisse als auch klinische Entscheidungsprozesse (Clinical Reasoning) gefestigt, vertieft und ausgebaut – stets auf dem neuesten Stand der Wissenschaft. Doch die spezifischen Behandlungsansätze werden nicht nur praktisch geübt, sondern deren Umsetzung in die klinische Praxis auch unter Anleitung eines erfahrenen OMT's direkt am Patienten angewandt. Hat der Absolvent am Ende die Abschlussprüfung bestanden und eine wissenschaftliche Facharbeit erfolgreich verteidigt, darf er sich auch als OMT-Therapeut mit der Zusatzbezeichnung PT-OMT bezeichnen. Dennoch kann er zum jetzigen Zeitpunkt seine Leistungen nicht entsprechend geltend machen. (Diskussionspunkt: Verweis auf die Zielsetzung der DFAMT).

Deutsche Föderative Arbeitsgemeinschaft für Manuelle Therapie e.V. (DFAMT)

Will sich ein Physiotherapeut zum Spezialisten für Orthopädische Manuelle Therapie (OMT) weiterbilden lassen, kann er sich in Deutschland an vier autorisierte Ausbildungsträger wenden. In anderen Ländern wird die Zusatzqualifikation sogar als Master-Studiengang angeboten. Der Titel des OMT-Therapeuten darf hierzulande nur getragen werden, wenn zuvor eine Aus- und Weiterbildung absolviert wurde, die von den in der Deutschen Föderativen Arbeitsgemeinschaft für Manuelle Therapie e.V. (DFAMT) zusammengeschlossenen Gesellschaften organisiert wird. Denn aktuell sind nur diese dazu autorisiert, ein durch die IFOMPT anerkanntes Prüfverfahren durchzuführen und ein entsprechende Zertifikat zu vergeben. Deren Hauptziel ist es denn auch, die fachliche Fort- und Weiterbildung in Manueller Therapie (MT) und Orthopädischer Manueller Therapie (OMT) in Deutschland nach internationalen Standards zu sichern, den Informationsaustausch zu fördern und eine Patientenbetreuung auf höchstem Niveau durchzusetzen.

Rund 70 Ausbildungsträger sowie die Mitgliedsorganisationen der DFAMT bieten die Aus- und Weiterbildung im Bereich der Manuellen Therapie an, deren Absolventen sich später als Quereinsteiger für eine Weiterbildung zum OMT-Spezialisten entweder bei der Arbeitsgemeinschaft Manuelle Therapie (AGMT), der Deutschen Fachgruppe für Orthopädisch Manuelle/ Manipulative Therapie (DFOMT), der Deutschen Gesellschaft für Orthopädische Manuelle Therapie e.V. (DGOMT) oder beim Deutschen Verband für Manuelle Therapie nach dem Maitland® Konzept e.V. (DVMT) bewerben können. Denn lediglich diese vier DFAMT-Mitgliedgesellschaften können auch eine Weiterbildung garantieren, deren Inhalt und Umfang den strengen Anforderungen der International Federation of Orthopaedic Manipulative Physical Therapists ([IFOMPT](#)) entspricht (Stand: Juni 2014).

¹ BKK-Gesundheitsreport 2013 (http://www.bkk-dachverband.de/fileadmin/publikationen/gesundheitsreport_2014/BKK_Gesundheitsreport.pdf)

² BMJ VOLUME 326 26 APRIL 2003