



...a možnosti využití

# DORNOVA METODA

## Z historie metody

- Dieter Dorn ( 1938- 2011) byl původně majitelem pily ve vesničce Laurach v jižním Německu. Původně se vysmíval svým přátelům sedlákům, že při bolestech a nemocech využívají pomoci u jednoho léčitele a „kostíře“ . Jednou ho chytl „houser“ a Dieterovi nezbylo nic jiného, než léčitele navštívit. Byl ohromen účinností léčby a chtěl se to naučit. Než mu však léčitel stačil předat své umění, zemřel.
- Pan Dorn tak byl ze začátku odkázán na svou intuici, ale po čase vytvořil tým fyzioterapeutů a lékařů, se kterými metodu vypiloval.
- Lze říci, že původ metody leží dál v historii, kdy existovali různí kostíři , ranhojiči, napravovači kostí (bonesetters) atd. Jejich znalosti a dovednosti byly tak efektivní, že je medicína nejprve zatracovala, ale následně se je pokusila integrovat.

# Jak to celé funguje?

- Je to jemná manuální technika, která na rozdíl od měkkých technik fyzioterapie, vyžaduje aktivní účast klienta. Na rozdíl od chiropraxe zde neexistují žádné trhavé prudké pohyby a je to tedy bezpečná metoda.
- Dornova metoda spočívá v centralizaci (aproximaci do) kloubů a páteře.
- Klient provádí jednoduchý pohyb a terapeut jemně tlačí obratel či kloub zpět.
- Klient navíc dostane sadu cviků k udržení či zlepšení stavu po zákrocích terapeuta.
- Je to jedna z nejúčinnějších terapií skoliózy a výhřezu plotének. V této indikaci se velmi často propojuje se Spirálními stabilizacemi MUDr. Smíška.
- Dornova metoda poskytuje celostní přístup a často se u potíží klientů pátrá po duševním pozadí. Řeší se vztahy mezi emocemi, mentálními pochody, orgány a páteří.

# Ukázka vertebroviscerálních a psychických příčin laterálních vychýlení páteře.

## Die sanfte Wirbeltherapie nach Dorn

Páteř  
pohled ze strany

### MOŽNÉ PSYCHICKÉ PROBLÉMY PŘI POSUNUTÝCH OBRATLECH

Korunní čakra ztrácí "přehled", problémy se "stvůřelem", chce všemu rozumět vlastní hlavou

Čelní čakra, nevidí "dál", nechce vidět - prohlédnout, příliš namáhá zrakové smysly

Nechech naslouchat, chybí pevný bod, váhavý, ztrácí jistoty, pocíty viny

Krční čakra, nemůže se dobře vyjádřit - mluvit; neumí se prosadit, "knedlík" v krku

Nechá se ponížovat, cítí se ovládaný, lidé tpi, nebrání se

Moc si toho nakládá, chce všechno dělat sám, nemá důvěru, ramena musí moc nést

Srdeční čakra, neumí být soucinný, něžný, uzavírá své srdce, nemilosrdný, bez radosti

Nechech nic pro sebe, staví se do pozadí, nechce se pořádně nadechnout, bez vlastního názoru

Vnitřní zloba - vztek, nevybuchne, zahojký, cílevědomý, tvrdý sám k sobě

Starost o ostatní, problémy s dítětem "uvnitř", zanedbává vlastní vitální zájmy, stále smutný, hodné pláče

Nechá si moc líbit, nic nevyvustí ven, závislý na jídle - pití, vnitřní vzdor

Čakra energie, dělá si starosti, umíněný, vzdorný, proti proudu života

Potlačuje vlastní agresivitu, vyčítavý ke všem, náchylný k alergiím

Partnerské problémy, problémy s rodiči, dětmi, kolegy, sousedy, s lidmi...

Problémy navázat kontakt, nejistý, ustrašený, strach ze vztahu, vidí jen vlastní slabosti

Má strach z nových začátků, ustrašený, nedokáže se oprostit od minulosti, rodičů, partnerů, zvířat, lidí, majetku, práce, bytu...

Propadá panice, rychle se vystraší, nedokáže se uvolnit

Sexuální čakra, problémy se sexuálníou, chybí mu zájem, pocíty viny, dlouho mu trvá než něco zpracuje - i fyzicky

Jak unesu "životní záležet"? Problém: rozdílná délka spodních končetin. špatné držení těla při sezení, ztrácí moc času v autě?, pozice - noha přes nohu, vytvoření pánve

Základní čakra - problémy; nemá spojení (nebo málo) s "matkou zemí"

**Vysvětlivky:**  
Halsw. - krční obrátle  
Brustw. - hrudní obrátle

### MOŽNÉ PROBLÉMY PŘI POSUNUTÍ OBRATLŮ

Bolesti hlavy, vysoký krevní tlak, migréna, chronická únava, zapomnětlivost, mdloby, poloviční ochnutí díky nestojnému prokrvení mozk. polovic

Záněty dutiny - hlucho, bolesti uší, oční problémy

Bolesti obličejových nervů, vyrážky, akné, pískání v uších, bolesti zubů, špatné zuby, karies, křivčení dásní, neuralgie, Tinnitus (uš. zvuky)

Chronická rýma, ztráta sluchu, polypy, katary, popraskané rty, křečovitě stažené ústní svaly

Ochrablělost, bolesti krku, chronické nachlazení, zánět hrtanu

Záněty mandlí, zvětšená štítná žláza, struma, dýchavý kašel, ztuhlý křk, bolesti v ramen. oblasti

Onemocnění štítné žlázy, nachlazení, deprese, strach, nemoci šlach a vaziva ramen. kloubů

Bolesti v ramenní oblasti, ztuhlé krční svaly, bolesti v předloktí a rukou - záněty šlach ramětež "tenisový loket", ztráta síly v prstech

Nepřirozený srdeční rytmus, problémy v srdeční oblasti, strach, bolesti hrudníku

Bronchitida, chřipka, zánět plic, kašel, asthma, problémy v hrudní oblasti, v dýchání, zánět pohrudnice

Nemoci žlučníku, žlučnickové kameny, žloutenka, postranní bolesti hlavy (od žluč. meridiánu)

Špatná funkce jater, nízký tlak, únava, pásový opar, artritida, problémy s tlakem. špatný krevní obraz

Problémy žaludku, vyměšování, pálení žáhy

Nádory dvanácterníku, žaludku, škytávka, nedostatek vitamínů, slabost, poruchy tohoto obrátle - dlouhodobé

Problémy se slezinou, oslabená obranná schopnost organismu

Alergie, zvýšená potivost

Problémy s ledvinami, sůl nemůže z těla ven, zadržování, chronická únava

Nemoci kůže, akné, vyrážky, ekzémy, drsná kůže, furunkly, lupénka (moc pití)

Problémy tenkého střeva, plynatost, Rheuma, poruchy růstu, neplodnost

Problémy tlustého střeva, v této oblasti poruchy a špatné prokrvení, zácpa, příjem aid., špatná funkce střev

Problémy slepého střeva, křeče v břichu, překyselení organismu, křečové žíly

Problémy v těhotenství, s menstruací, problémy v pletchodu, močového měchýře, bolesti v kolenu (v souvislosti s moč. měchýřem), pomočování, impotence

Ischias ("Hexenäus"), prostatické problémy, časté nebo bolestivé močení. Důležité: sedací svaly dobře promasírovat, poříti předtím olejem

Špatné prokrvení lýtek a chodidel, studené nohy, opuchlá chodidla a dolní končetiny, křeče v lýtkách

Ischias, chronická zácpa, bolesti v nohou a chodidlech, problémy v břišní oblasti, ženské poltize

Hemeroidy, svědění konečníku, bolesti při sezení

**Vysvětlivky:**  
Lendenw. - bederní obrátle  
Kreuzbein - křížové kosti  
Steissbein - kocice