

nerseits weitgehend dem von medial beschriebenen Eileiter; andererseits lassen sich, ähnlich der lateralen Lage des Ovars und des Eileiters auch die Zonen der Hoden, des Leistenkanals und Samenstranges von lateral nach medial erreichen.

9.5.4 Arbeitsweise

Die Zone der **Hypophyse** wird nur von plantar (nicht von medial) punktuell mit senkrecht fersenwärts gestelltem Daumen behandelt (ähnliche Stellung wie bei den Zonen der Schädelbasis und Ohrtrompete). Wir beziehen diese Zone als wesentlichen Teil des endokrinen Systems bei hormonellen Störungen und Insuffizienzen jeweils in die Behandlung ein.

Bei Patientinnen und Patienten mit Kopf- und Schädeltraumen, Tumoren oder Operationen im Kopfbereich wird in der Hypophysenzone jedoch konsequenterweise nur mit dem sedierenden Verweilgriff gearbeitet bzw. diese Zone ganz ausgespart.

Der dorsale Anteil der **Thyreoidea** (Schilddrüse) kann mit dem Zeigefinger von medial nach lateral erfasst werden, für den plantaren bietet sich der Daumen an. Da bei Patientinnen und Patienten mit Schilddrüsenbelastungen häufig eine überstarke Lateralflexion der Großzehe im Grundgelenk und eine Stellungsveränderung des

Mittelfußknochens 1 als sog. **Hallux valgus** zu beobachten ist, wird bei Störungen in diesem Organgebiet vorsichtig gearbeitet und auch das Mobilisieren in den Großzehengrundgelenken weich gestaltet, z. B. mit den Behandlungstechniken aus der Ortho-Bionomy (36).

Die **Nebennieren** lassen sich schwer von den Nieren unterscheiden; sie werden punktuell in deren distalem Teil erfasst, und zwar bei Insuffizienzen (z. B. bei Asthmatikern, Rheumatikern, Allergikern) im tonisierenden Sinne.

Das **Pankreas** wird am rechten Fuß (Pankreas-Kopf) von medial nach lateral behandelt, am linken (mittlerer und kaudaler Teil) ebenfalls von medial nach lateral in der Lisfranc-Gelenklinie bis an die Basis Metatarsale 4. Es liegt auf der Hand, dass bei Diabetikern der Blutzuckerspiegel während einer Behandlungsserie besonders gut überwacht werden muss. (Nähere Therapiehinweise Kap. 16.4.3.)

Die **Genitalbereiche** werden medial und lateral punktuell behandelt, entweder mit dem Zeigefinger oder mit weich arbeitendem Daumen (Abb. 42). Ähnlich der Arbeitsweise in den Lymphzonen der Leistenbeuge (vgl. Kap. 9.8.4.1) wird die Verbindung vom äußeren zum inneren Genitale, bei der Frau dem **Eileiter** entsprechend, beim Mann dem **Leistenkanal** und **Samenstrang** (Abb. 43), mit dem Daumen durchbehandelt. Auch hier bewegt die stützende Hand den Fuß



Abb. 42 Zonen des Beckens (Beginn)



Abb. 43 Behandlung der Zonen Eileiter bzw. Leistenkanal

langsam nach außen, sobald der arbeitende Daumen in der Hälfte des dorsalen Sprungbeines angekommen ist. Auf diese Weise lässt sich die Verbindung von den lateralen bis zu den medialen Genitalzonen gut vollziehen. Sowohl bei der Frau als auch beim Mann erweisen sich die medial angelegten Zonen meist schmerzhafter.

Prostata und **Skrotum** mit **Hoden** liegen auch als Reflexzonen räumlich nahe nebeneinander. Die Zonen werden mit dem Zeigefinger bzw. Daumen erfasst, Prostata am proximalen Rand der Blase, Testes (Hoden) in der Nähe des oberen inneren Fersenbeinrandes.

Sowohl bei der Frau als auch beim Mann sind die Genitalzonen am Fuß meist deutlich berührungsempfindlich, auch wenn keine chronischen oder akuten Krankheiten vorliegen. Da das Hormonsystem funktionell mit dem Vegetativum und beides mit der Gemütslage zusammenhängt, können sich in diesen Zonen auch Probleme und Schwierigkeiten in der Partnerbeziehung oder Traumatisierungen aus früherer Zeit ausprägen. Im **Douglas-Raum** (Bauchfellfalte zwischen Rektum und Genitalorganen) speichern sich oft Toxine und Schadstoffe aus den Kleinbecken- und Verdauungsorganen. Aus den genannten Gründen ist deshalb zusätzlich damit zu rechnen, dass die Kleinbeckenzonen generell empfindlich sind. Sie sollten behutsam behandelt werden.

Therapiehinweise zur Zonengruppe Endokrine Drüsen s. Behandlungsbeispiele Kap. 16.4.

9.6 Die Zonen der Atmungsorgane und des Herzens

9.6.1 Allgemeine Hinweise

Die Zonen der Atmungsorgane beginnen im dorsalen Bereich der beiden Großzehen als Nasen-Rachen-Raum und überziehen mit den Zonen von Herz und Oberbauchorganen den ganzen Mittelfußraum bis zum Metatarsale 5.

Von Herz und Lunge gehen die beiden am deutlichsten wahrnehmbaren Rhythmen, Herzschlag und Atemfrequenz, aus; miteinander sind sie durch den kleinen Kreislauf verbunden. Als drittes „Organ“ gesellt sich der große Zwerchfellmuskel, das Diaphragma, zu dieser Funktionseinheit und stellt durch seine Bewegungsdynamik eine lebendige und wichtige Beziehung zwischen den Brustkorb- und Bauchraumorganen her.

Das Zwerchfell sagt in seiner Beweglichkeit bzw. der Einschränkung seiner Beweglichkeit immer auch etwas über den vegetativen und emotionalen Zustand des Menschen aus.

9.6.2 Zeichnung der Zonen

(Abb. 44 u. 45)

9.6.3 Anatomische Lage der Zonen

9.6.3.1 Zonen der Organe der Atemwege

Der **Nasen-Rachen-Raum** nimmt den größten Teil der beiden Großzehen von dorsal ein. Beginnend im medialen Anteil neben den beiden Großzehennägeln als Stirnhöhle, enthält er nicht nur die Nase, sondern auch die Choanen (Öffnungen in den Nasen-Rachen-Raum) und die Kieferhöhlen. Er überschneidet sich partiell mit der Mundhöhle.

In der Nähe der Sehne des M. extensor hallucis longus führt die **Lufttröhre** als lineare Verbindung in die **Bronchien** weiter. Die Lufttröhre, Bronchien und Lungen sind sowohl dorsal als auch plantar zu erreichen. Im dorsalen Fußbereich wird der ventrale Lungenanteil von den Rippen begrenzt; plantar erstreckt sich die Lungenzone über den ganzen Mittelfußraum bis hin zur Zone des Oberarmes.

Am unteren – proximalen – Rand des Quergewölbes bis zur Lisfranc-Linie und medial weiter in die Lendenwirbelsäule führend, befindet sich der große Muskel des **Diaphragmas (Zwerchfells)**.

Da Organüberlagerungen im Körper sich auch als Reflexzonenüberlagerungen zeigen, sind manche Bereiche im Mittelfuß gleichzeitig noch weiteren Organen zugeordnet, z. B. Leber, Milz, Magen, wie in den folgenden Kapiteln ausführlich besprochen wird.

9.6.3.2 Herzzone

Die **Herzzone** ist sowohl von dorsal als auch von plantar im distalen Teil der beiden Metatarsale 1 zu erreichen. Nach links erweitert sich die Zone bis an den Rand des zweiten Mittelfußknochens, gemäß der Linksbetonung des Herzens im Thorax. Der distale Teil der Herzzone, direkt bis an den Großzehen-Grundgelenksspalt anschließend, ist den großen Zuführungsgefäßen aus

Atemorgane und Herz

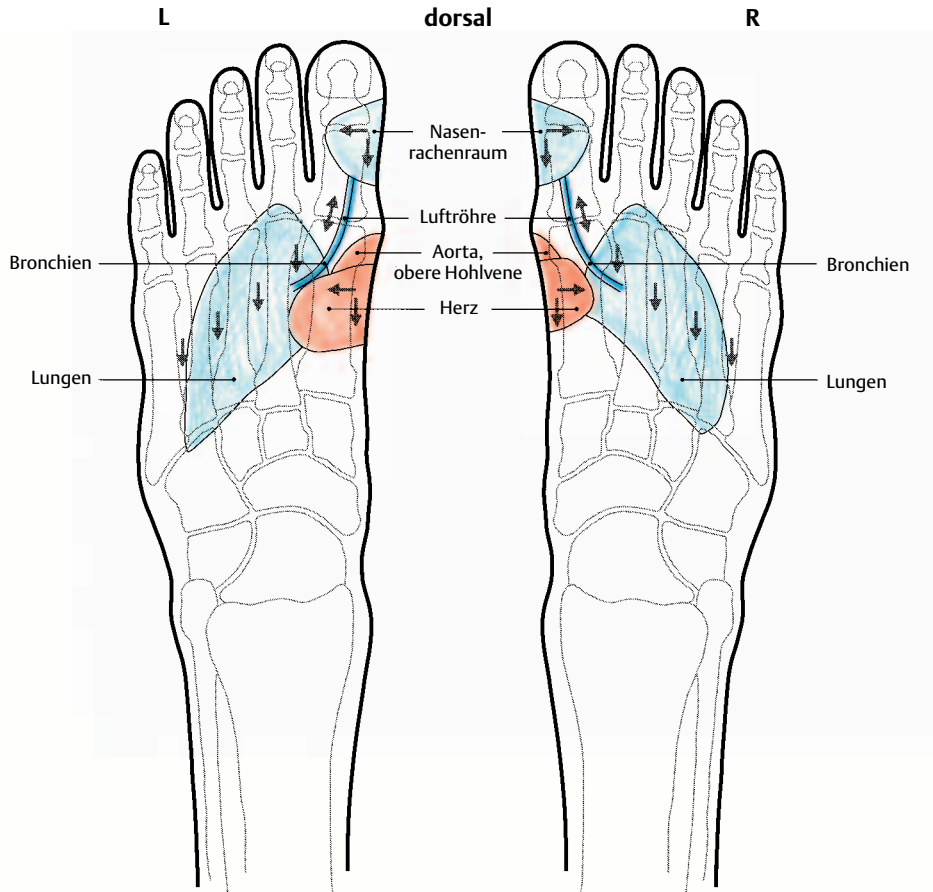


Abb. 44

dem Rumpf, der **Aorta** und der **oberen Hohlvene**, zugeordnet.

Die Herzzone endet sowohl plantar als auch dorsal, rechts und links, auf halber Länge der Mittelfußknochen 1 und liegt dort, plantar gut erkennbar, distal der Zone des Diaphragmas.

9.6.4 Arbeitsweise

9.6.4.1 Zonen der Atmungsorgane

An der Großzehe von dorsal, den Zonen des Nasen-Rachen-Raumes, wird der Zeigefinger, in Längs- oder Querbahnen arbeitend, eingesetzt.

Üblicherweise wird im Gebiet der Luftröhre und Bronchien die Arbeitsrichtung von distal nach proximal gewählt. Wenn die Expektoration (Abhusten) von Schleim aus den Atemwegen gefördert werden soll, kann in umgekehrter Richtung, auf den Nasen-Rachen-Raum zu, behandelt werden. Da die Längskörperzone 1 durch die anatomischen Gegebenheiten am Fuß besonders breit ist (der erste Strahl im Fußskelett ist mit der Großzehe und dem Mittelfußknochen 1 im Vergleich zu den vier anderen am umfangreichsten), ist es ratsam, die Überprüfung der Zonen von Luftröhre und Bronchien bei Erkrankungen dieser Organe bis zur lateralen Begrenzung der Längskörperzone 1 auszudehnen, um

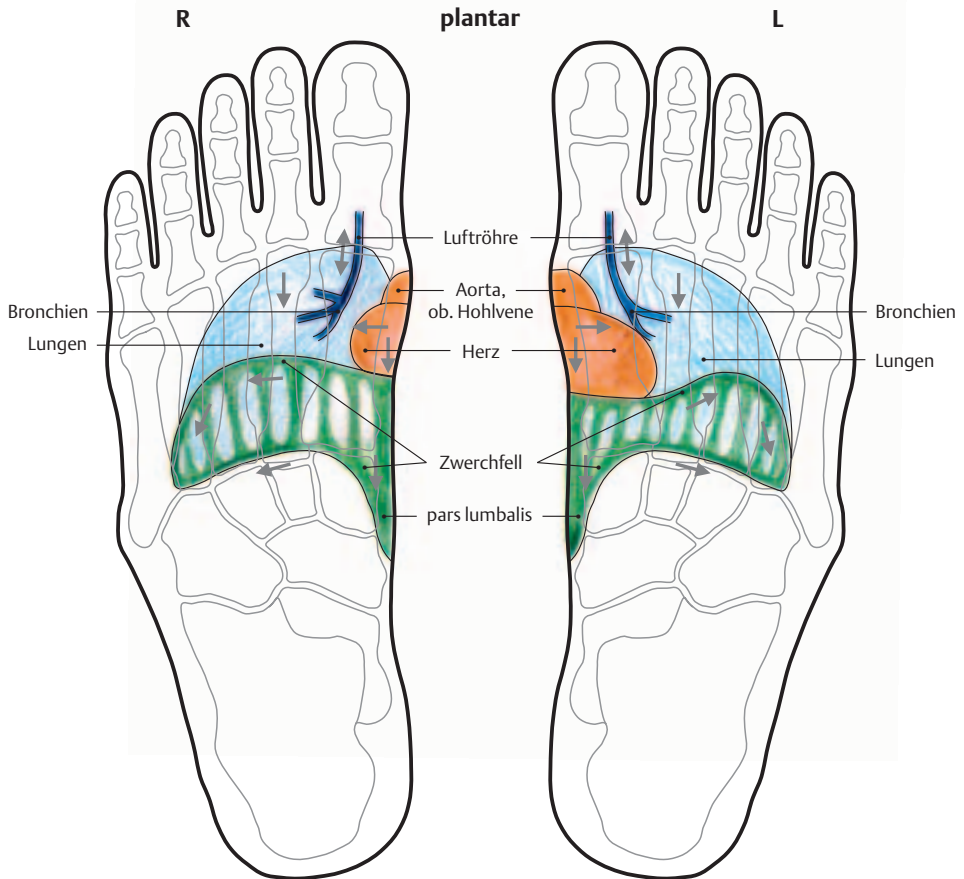


Abb. 45

den individuellen Behandlungsschwerpunkt zu finden.

Die gleichen Überlegungen gelten für die Zone der Speiseröhre, deren anatomische Lage streckenweise mit der Lage von Luftröhre und Bronchien identisch ist.

Die Zonen der **Lungen** werden so erfasst wie die des Thorax: Von dorsal mit dem Zeigefinger (Abb. 46), von plantar mit dem Daumen.

Wenn der Fuß entspannt in der Außenrotation gelagert ist, lässt sich das **Diaphragma** von medial nach lateral in untereinander liegenden Bahnen vom unteren Quergewölberand bis zur Lisfranc-Linie gut erfassen. Bei Patientinnen bzw. Patienten mit starker Atemfunktionsstörung hat es sich

bewährt, am proximalen Rand des Quergewölbes, das der oberen Zwerchfellbegrenzung entspricht, mit senkrecht fersenwärts gestelltem Daumen tief in das Gewebe zu arbeiten. Meist wird die Atmung spontan ruhiger und tiefer. Der **Zwerchfellschenkel** (pars lumbalis) als partieller Ursprung des Diaphragmas, der LWS etwa bis in Höhe des 3. und 4. Lumbalwirbels vorgelagert, kann etwas plantar von der LWS-Zone behandelt werden.



Abb. 46 Zone des lateralen Thorax und Lungen von dorsal



Abb. 47 Plantare Herzzone

9.6.4.2 Herzzone

Für das **Herz** bietet sich die gleiche Arbeitsweise wie beim Brustbein an: Dorsal mit dem Zeigefinger in Längs- oder Querbahnen, plantar mit dem Daumen. Bei der Behandlung der Herzzone von plantar, die auch die herznahen Anteile der zuführenden Gefäße Aorta und Vena cava beinhaltet, ist besonders darauf zu achten, dass sie nicht schon am Grundglied der Großzehe (= Nacken), sondern anatomisch exakt vom Großzehengrundgelenksspalt ausgehend behandelt wird (Abb. 47).

Therapiehinweise zur Zonengruppe Atmungsorgane und Herz s. Behandlungsbeispiele Kap. 16.5.

9.7 Zonen des Verdauungstraktes

9.7.1 Allgemeine Hinweise

Dieses System stellt die umfangreichste Zonengruppe dar und wird in seinem physiologischen Verlauf der Nahrungsaufnahme, -verarbeitung und -ausscheidung besprochen, mit Ausnahme von Leber und Gallenblase, die am Schluss des Magen-Darm-Traktes hinzugefügt werden. Bei den Behandlungen der Zonen der Verdauungs-

organe sollten wir im Blickfeld behalten, dass sich der Vorgang des Verdauens nicht nur auf seine physiologischen Aspekte beschränkt, sondern auch auf die Fähigkeit, Belastungen aus der **mental**en und **emotional**en Ebene zu „verdauen“. Die Formenähnlichkeit zwischen Gehirn und Darm weist zudem auf therapeutisch nutzbare Zusammenhänge hin.

9.7.2 Zeichnung der Zonen

(Abb. 48 und 49)

9.7.3 Anatomische Lage der Zonen

Bereits zum dritten Mal tritt die Dorsalseite der Großzehe als Ausgangspunkt einer Zonengruppe in den Mittelpunkt, denn der Nasen-Rachen-Raum und die **Mundhöhle** überschneiden sich teilweise.

Der **Ösophagus** (Speiseröhre) verläuft rechts und links an der gleichen Stelle mit der Luftröhre bis zum Beginn der Bronchien, um dann am linken Fuß plantar bis in das untere Drittel des Metatarsale 1 zu führen. Dort, etwa auf der Höhe der oberen Zwerchfellbegrenzung am Quergewölbe, findet der erste Abschnitt der Zonen des Verdauungstraktes durch den Sphinktermuskel der **Kardia** (Mageneingang) seinen Abschluss.