

# Applied Kinesiology

Was ist das?

... und wie funktioniert es?



VKM, Verlag für Kybernetische Medizin

## Professional Applied Kinesiology (PAK)

Wir möchten Ihnen diese Methode, von der Sie möglicherweise bereits gehört haben, oder die Ihr Therapeut bereits bei Ihnen anwendet, in Grundzügen beschreiben:

Professional Applied Kinesiology ist ein Diagnose- und Therapiesystem, das mit funktionell neurologischen Tests, insbesondere dem Muskeltest arbeitet. Mit Hilfe dieser Tests können Störungen des Bewegungssystems, des Stoffwechsels und der Psyche bestimmt werden. Ihr Therapeut kann so Zusammenhänge von Erkrankungen in diesen Bereichen erfassen. Dabei kann er die beste individuelle Therapie für Sie als Patient über eine systematische Muskeltestung erarbeiten.

Die Methode wurde 1964 von dem Amerikaner Dr. George Goodheart das erste Mal beschrieben. In der Folgezeit integrierten er und andere Ärzte, die mit Applied Kinesiology arbeiten, Methoden wie Osteopathie, Akupunktur, Orthomolekulare Medizin und viele andere zu einem wirklich ganzheitlichen Diagnose- und Therapiesystem (s. Abb. 1).

Gesundheit ist nach der Vorstellung der professionellen Applied Kinesiology abhängig von einem Gleichgewicht von Struktur (Skelett, Bewegungsapparat), Stoffwechsel (Biochemie) und Psyche (dies symbolisiert das Modell der „Triad of Health“).

## PAK verbindet Schulmedizin und Komplementärmedizin

Die klassische medizinische Diagnostik besteht aus der Befragung des Patienten, der körperlichen Untersuchung, Labor und, falls medizinisch erforderlich, technischen Diagnoseverfahren (CT, Magnetresonanztomographie, etc.). Die anerkannte Stärke dieser schulmedizinischen Verfahren ist es, manifeste Krankheiten zu erkennen. Ca. 70% aller Gesundheitsstörungen, die Patienten zum Arzt führen, sind jedoch Funktionsstörungen des Organismus, also Vorstufen von Erkrankungen oder Fehleinstellungen des Körpers, die mit schulmedizinischen Verfahren nicht erkannt werden können.

Der große Vorteil der Professional Applied Kinesiology ist die Verbindung der wissenschaftlichen Medizin mit der Komplementärmedizin.

## Welche Unterschiede gibt es zur „Angewandten Kinesiologie“?

Professional Applied Kinesiology (PAK) wird im Unterschied zur „Angewandten Kinesiologie“ und anderen Kinesiologieformen, die vor allem von Laien angewandt werden, ausschließlich von Therapeuten mit einem Abschlussexamen in einem medizinischen Beruf ausgeübt. Die klassische Form der PAK bietet daher als einzige aus der Vielzahl von anderen „kinesiologischen“ Methoden die Gewähr, auf das volle Spektrum von Schulmedizin und Komplementärmedizin

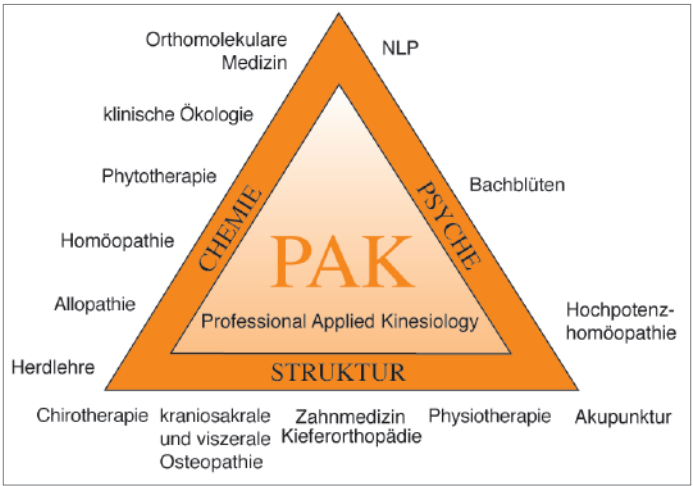


Abb. 1: Das „Dreieck der Gesundheit“ und Methoden, die in der PAK angewandt werden

zurückgreifen zu können. Die Ausbildung wird vom International College of Applied Kinesiology geregelt, das die Lehrer bestellt, Ausbildungsnachweise nach entsprechenden Prüfungen ausgibt und die kontinuierliche Weiterbildung regelt und überwacht.

Dagegen war die Laienversion der Kinesiologie (ursprünglich „Touch for Health“, in Deutschland meist „Angewandte Kinesiologie“) von dessen Begründer John Thie als Alltagshilfe für Eltern, Betreuer und Lehrer beabsichtigt. Es war dort nicht vorgesehen, medizinische Behandlungen zu vermitteln.

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

Grundsätzlich liefert die Professional Applied Kinesiology die Möglichkeit, mit Hilfe von einfachen Übersichts- (Screening)- Tests die optimale Therapierichtung bei komplexen Krankheitsbildern zu bestimmen: Methoden der Osteopathie, der Chirotherapie, der Neuraltherapie, der Akupunktur, orthomolekulare Substanzen sowie Medikamente u.v.a. kommen in Frage.

Die Methode ist für Patienten jeden Alters, also auch für Kinder, geeignet.

### Das Grundwerkzeug der Applied Kinesiology: der Challenge (Testreiz)

Mit einfachen Worten ist dies so zu beschreiben:

Muskeln können bestimmten Funktions- und Organsystemen zugeordnet werden. Die Reaktionen (Stärke) von Muskeln, die einen Zusammenhang mit der beklagten Störung haben, werden geprüft. Anschließend wird ein diagnostischer Testreiz (Challenge) ausgeführt, der mechanischer Art (z.B. Impuls auf ei-

## Die Indikationen der Professional Applied Kinesiology

### Allgemeinmedizin

- Diagnostik und Therapie von Fehlbesiedelungen des Darmes (Bakterien, Pilze, Parasiten)
- Testung von Nährstoff-Mangelzuständen
- Medikamententestung
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Allergien
- Testung und Behandlung von Belastung mit Schwermetallen, Pestiziden und anderen chemischen Stoffen
- Entzündliche Erkrankungen wie Rheuma
- Hormonelle Regulationsstörungen
- Hauterkrankungen

### Orthopädie, Neurologie

- Wirbelsäulen-Syndrome, Bandscheibenleiden
- Gelenk- und Muskelprobleme, Sportverletzungen
- Skoliose
- Aufdecken und Therapie alter Verletzungsfolgen (Schmerzen, emotionale Belastungen)
- Kopfschmerzen, Migräne
- Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätssyndrome (Legasthenie, Dyskalkulie)

### Gynäkologie, Urologie

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

### Zahnmedizin, Kieferorthopädie

- Optimale Anpassung kieferorthopädischer Apparaturen (Bionator, Aufbissschienen, u.a.):
  - bei Schmerzsyndromen, die durch Fehlbiss entstehen (Kopfschmerzen, Wirbelsäulenschmerzen, Extremitätenschmerzen),
  - bei Lern-, Konzentrations- und Verhaltensstörungen
  - bei Fehlbiss von ästhetischer Bedeutung;
- Herd- und Störfelddiagnostik, speziell bei unauffälligen klinischen Befunden (Röntgen, Vitalitätsproben etc.)
- Testung von Zahnersatzmaterialien.

nen Wirbel), chemischer Art (z.B. ein Medikament oder unverträgliches Nahrungsmittel) oder auch emotionaler Art (z.B. Visualisierung des Problems) sein kann. Eine Stärkeänderung bei der erneuten Testung des Muskels zeigt an, dass der ausgeübte Reiz einen Einfluss auf die Störung hat. Mit einem Protokoll solcher diagnostischer Reize werden so in der Gesamtschau Ihre Probleme „eingekreist“ und können dadurch einer zielgerichteten Therapie zugeführt werden.

Dabei können prinzipiell zwei Kategorien von Fragestellungen unterschieden werden:

## 1. Untersuchung von potentiell helfenden Maßnahmen manueller Therapie, Medikamente, etc.

### 1. Beispiel (Medikamententest):

Um zu überprüfen, ob ein Arzneimittel wie z.B. ein Antibiotikum bei einer Bronchitis wirksam und verträglich ist, kann beispielsweise der Deltamuskel (M. deltoideus) der Schulter untersucht werden. Dieser ist der Lunge funktionell zugeordnet und testet bei Lungenerkrankungen häufig schwach. Sie nehmen dazu das zu testende Medikament (Antibiotikum oder Vitamin C- Präparat usw.) in den Mund. Ist das zu testende Heilmittel für Sie wirksam und gleichzeitig verträglich, wird der Muskel momentan stark und reagiert normal. Diese Veränderung hält nur solange an, wie die Substanz im Mund ist. Eine dauerhafte Verbesserung Ihres Befindens tritt natürlich erst bei ausreichender und entsprechend langer Einnahme ein.

### 2. Beispiel (mechanischer Testreiz):

Eine Domäne der AK ist die manuelle Medizin.

Bei Störungen des Bewegungssystems kann ein mechanischer Testreiz verwendet werden. Bei einem Beckenschiefstand (Beckenverwringung) sind beckenstabilisierende Muskeln wie die Oberschenkelstrecker häufig schwach. Sie werden momentan stark, wenn Sie in Bauchlage so auf spezielle Keile positioniert werden, dass diese Beckenverwringung korrigiert wird. Das nennt man in der PAK einen strukturellen Challenge, der aussagt, in welche Richtung der Beckenfehler korrigiert werden muss (z.B. auf den Keilen liegend). Es werden bei Störungen des Bewegungssystems u.a. Behandlungstechniken der Osteopathie und Chirotherapie angewandt.

starker, normal reagierender Muskel

**Testreiz (Challenge):  
mechanisch, chemisch, emotional**

nicht normaler Muskel (z.B. schwach)





Abb. 2: Mechanischer Testreiz (Challenge) und Therapielokalisation einer Beckenverwringung mit PAK: So wird die Korrekturposition der Keile bestimmt.

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

## 2. Suche nach potentiell schadenden oder belastenden Reizen

*Ein Beispiel soll dies verdeutlichen:*

Der gerade Oberschenkelmuskel (M. rectus femoris) ist funktionell dem Dünndarm zugeordnet. Er eignet sich deshalb optimal zur Prüfung von Nahrungsmittelunverträglichkeiten.

Zunächst wird der gerade Oberschenkelmuskel getestet und geprüft, ob er eine normale neurologische Funktion aufweist.

Im Anschluss daran nehmen Sie das zu testende Lebensmittel (z.B. Milch) in den Mund (chemischer Testreiz) und der Muskel wird erneut getestet. Ist die Milch verträglich, ändert sich die Muskeltestreaktion nicht („negativer Challenge“). Bei Unverträglichkeit kommt es zu einer abnormalen Reaktion des Muskels, z.B. einer Schwächung des Testmuskels, d.h. der Challenge ist positiv.

starker, normal reagierender Muskel



**Testreiz (Challenge):  
mechanisch, chemisch, emotional**

nicht normal reagierender Muskel (z.B. schwach)



Abb. 3: Nahrungsmitteltest mit Original-Nahrungsmitteln, die der Patient im Mund hat, während ein sog. Indikatormuskel (hier der gerade Oberschenkelmuskel) getestet wird.

## Therapielokalisation

Eine Sonderform eines Testreizes (Challenge) ist die sogenannte Therapielokalisation.

Hier berühren Sie mit seinem Finger eine potentiell gestörte Region. Liegt an der berührten Stelle eine Abweichung von der Norm vor, so ändert sich die Mus-



Abb. 4: Therapielokalisation eines Parodontoseherdes und Medikamententest in der Zahnmedizin

keltestreaktion unmittelbar.

Ein Herdtest im Zahnbereich kann damit so durchgeführt werden:

Ein normal reagierender, starker sog. Indikatormuskel wird gesucht. Sie berühren dann den verdächtigen Zahn mit Ihrem Finger und der Indikatormuskel wird erneut getestet. In der Abb. 4. wird die Therapielokalisation in einer Zahnfleischtasche der Präzision halber durch die Zahnarzhelferin mit einer Sonde durchgeführt. Liegt eine Störung des berührten Zahnes vor, so wird der vorher normale Muskel abnormal reagieren z.B. mit einer Schwäche. Die Art der Störung wird dann wieder mittels Challenge bestimmt.

Viele dieser Herde bzw. Störfelder können mit den gängigen zahnärztlichen Methoden wie Röntgen, Kälteprobe, MRT oder CT nicht gefunden werden, was den Test mit Applied Kinesiology in diesen Fällen unentbehrlich macht.

## Informationen und Therapeutenadressen

### **Deutsche Ärztesgesellschaft für Applied Kinesiology (DÄGAK)**

Email: DAEGAKPAKinD@aol.com • www.DAEGAK.de

Tel.: +49(089)-1595951, Fax: +49(089)-1596161

### **International College of Applied Kinesiology-Österreich (ICAK-A)**

Email: office@icak-a.at • Internet: www.ICAK-A.at

Tel: +43(0)4262-29098, Fax: +43(0)4262-29107

### **Schweizerische Gesellschaft für Applied Kinesiology (ICAK-CH)**

Email: info@professional-applied-kinesiology.ch

www.professional-applied-kinesiology.ch

Tel. +41(0)32 6221818, Fax +41(0)32 6224548

Autoren: Dr. Hans Garten, Dr. Werner Klöpfer, Dr. Gerald Weiss

© VKM 2011; alle Rechte vorbehalten.

Diese Broschüre wurde Ihnen überreicht von (Praxisstempel)