



Faszien Therapie

Faszien gehören zum Bindegewebe und bestehen aus Zellen und einer extrazellulären Matrix. Sie umhüllen Muskeln und Organe und bilden eine Leitstruktur für Gefäße, Lymphbahnen und Nerven. Während der Embryonalentwicklung läuft die Wachstumsphase parallel zur Entwicklung des Faszienystems. Faszien sind dafür verantwortlich, dass Organe ihre Form behalten und an knöchernen Strukturen fixiert werden.

Diese bindegewebigen Hüllen sind primär Zugbelastungen ausgesetzt. Sie können durch elastisches Verhalten Bewegungen, die auf den Körper einwirken, resorbieren (dämpfen) und auch weiterleiten. Werden die Faszien einer Region unter Zug gesetzt, reicht die Weiterleitung bis in kleinste Regionen des Körpers. Es gibt im Körper eine große Faszie, die diesen durchzieht und welche in mehrere Abschnitte eingeteilt wird. Die Faszie gewährleistet nicht nur die Aufhängung und Befestigung jedes Organs an seinem Platz, sondern auch das reibungslose Aneinandergleiten sämtlicher Strukturen (Muskel gegen(über) Muskel; gegen(über) Ligamente(n) etc.).

Faszien bestehen aus mehreren Schichten, die aufeinander liegen, aber unabhängig voneinander sind. Dieser Aufbau verstärkt die Widerstandsfähigkeit gegenüber Belastungen. An ihrer Außenseite besitzen Faszien eine synoviale Schicht, die permanent Flüssigkeit produziert, damit die Faszie sich reibungslos gegenüber Strukturen wie Muskeln, Sehnen und Organen bewegen kann. Faszien bewegen sich in einer Frequenz von 8–12 Zyklen in der Minute. Durch ihre Eigenbewegungen wird das Gefäß- und Lymphsystem unterstützt.

Faszien haben folgende Funktionen:

- Stützfunktion
- Kommunikation
- Schutzfunktion
- Abgrenzung
- Stoßdämpferfunktion
- Abwehrfunktion
- Kontrolle von Spannungsänderungen
- Zusammenhalt
- Trägerfunktion
- Hämodynamik

therapeutische Ansätze zur Behandlung der Faszien:

- Biomechanische Stimulation - Matrixdynamisierung
- Triggerpunkttherapie
- Akupunktur
- u.v.m....
- Narbenmassagen
- Dehnungen
- Neuraltherapie
- Bindegewebsmassage