

# Rezensionen von Buchtips.net

## Christoph Newiger: Osteopathie - Sanftes Heilen mit den Händen

### Buchinfos

Verlag: [Trias Verlag \(weitere Bücher von diesem Verlag zeigen\)](#)  
Genre: [Sachbuch](#)  
ISBN-13: 978-3-8304-3270-8 ([bei Amazon.de bestellen](#))  
Preis: 4,99 Euro (Stand: 08. Dezember 2023)

Schon seit Längerem ist das Buch von Christoph Newiger auf dem Markt. 2005 erschien bereits die 3. vollständig bearbeitete Auflage. Ein Exemplar davon bereichert mein Bücherregal. Es versorgt mich bei jedem Blick hinein mit nützlichem Basiswissen und Informationen rund um die alternative Behandlungsform Osteopathie, wenn ich wieder einmal jemanden für diese sanfte Alternative begeistern möchte. Dank Christoph Newiger geht das erfreulich leicht, hat er doch in seinem Buch die Entwicklungsgeschichte und den Hintergrund dieser Behandlungsform für interessierte Laien in plausibler, fundierter und interessanter Form zusammengefasst. Der Autor ist selbst kein Osteopath, beschäftigt sich allerdings schon mehrere Jahre mit dem Thema. Er arbeitet als freier Journalist und Sachbuchautor, war acht Jahre lang Redakteur der DO - Deutsche Zeitschrift für Osteopathie und ist seit 2011 Mitherausgeber der Zeitschrift Osteopathische Medizin.

Für die, die sie noch nicht kennen: Osteopathie ist eine seit 1874 bekannte, von Andrew Taylor Still entwickelte ganzheitliche Behandlungsmethode, die auf wissenschaftlichen, schulmedizinischen Grundlagen fußt. Sie wird, wie der Untertitel bereits verrät, ohne Medikamente und Instrumente nur mit den Händen durchgeführt. Osteopathen behandeln keine Krankheiten oder Krankheitssymptome, gehen jedoch gegen deren Ursache(n) vor, indem sie die Selbstheilungskräfte aktivieren. Osteopathie erfreut sich schmerz- und nebenwirkungsfrei nicht nur zunehmend an Beliebtheit, sondern wird (zwischenzeitlich glücklicherweise auch von immer mehr Krankenkassen von der AOK bis hin zur Techniker Krankenkasse bezuschusst. Wer sich einen (Kassen-) Überblick verschaffen möchte, findet beispielsweise auf der Seite [osteokompass.de](#) eine entsprechende Auflistung.

Newiger hat sein Buch in vier Teile gegliedert. Nach dem Inhaltsverzeichnis und je einem Vorwort zur ersten und zweiten Auflage beschäftigt sich der Autor im ersten Teil mit den Grundlagen. Auf 62 Seiten geht er nicht nur darauf ein, was Osteopathie ist, sondern auch auf die Selbstheilungskräfte und Bestandteile unseres Körpers (Bewegungsapparat, Organe, etc.) und deren Zusammenspiel. Im 26 Seiten umfassenden zweiten Teil widmet er sich der Methode der Ursachensuche und Behandlungstechnik. Anhand von Praxistipps, in denen einfachste Handgriffe zum Nachmachen erklärt werden, können auch Skeptiker die grundsätzliche Wirkweise der Osteopathie versuchen nachzufühlen. Welche Vielfalt an Anwendungsmöglichkeiten diese Behandlungsform beinhaltet, erfährt man dann auf den folgenden 82 Seiten. Im dritten Teil wird nicht nur anschaulich-ausführlich auf die Ursachen gesundheitlicher Beeinträchtigungen und Schmerzen eingegangen, sondern auch darauf hingewiesen, wo die Grenzen der Osteopathie liegen. Im vierten Teil schließlich findet man auf 33 Seiten nützliche Hinweise und Definitionen von A - Z. Alle vier Teile sind mittels farbiger Trennseiten klar voneinander abgegrenzt; die linken Buchseiten oben zudem jeweils deutlich mit den Überschriften der einzelnen Teile gekennzeichnet (1 Grundlagen, 2 Methoden, 3 Anwendungen, 4 Nützliche Hinweise). Ein umfassendes Stichwortverzeichnis rundet das Buch Osteopathie - Sanftes Heilen mit den Händen ab.

Ein absolut empfehlenswertes Buch. Es ist kein Lehrbuch, das dabei helfen könnte, sich selbst oder andere entsprechend zu behandeln. Doch wer bereits in Behandlung ist oder eine solche in Erwägung zieht und Näheres dazu erfahren will, findet in Newigers sehr gut aufgebautem Basis-Buch ausführliche und anschaulich beschriebene Informationen. Man merkt, dass der Autor weiß, wovon er schreibt. Sein Buch ist wieder einmal ein Beweis dafür, dass man fundiertes Wissen nicht nur trocken, sondern auch leicht verständlich präsentieren kann.

10 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von [Ati](#)  
[20. Januar 2013]