



Ismakogie im medizinischen Netzwerk

Die ganzheitliche Bewegungslehre Ismakogie verspricht Beweglichkeit und Schmerzfreiheit bis ins hohe Alter. Vor mehr als 60 Jahren hat die Wienerin Anne Seidel die Bewegungslehre entwickelt.

Der Ismakogie-Verein Deutschland feiert im Jahr 2011 sein zehnjähriges Jubiläum und wartet mit medizinischen Erkenntnissen auf:
Neueste neurophysiologische Forschungsergebnisse bestätigen die traditionelle Bewegungslehre.

„Prof. h.c. Anne Seidel hat vor rund 60 Jahren ein einzigartiges Bewegungsprogramm entwickelt, das nichts von seiner bahnbrechenden Modernität verloren hat. Neue physiologische Erkenntnisse belegen die Wirksamkeit der Ismakogie“, erläutert Agnes Brügger.

Die Kieferorthopädin aus Gronau hat sich seit 1987 der ganzheitlichen Behandlung ihrer Patienten verschrieben und ein Netzwerk systemisch behandelnder Mediziner aufgebaut. Als ausgebildete Dozentin unterrichtet sie Ismakogie seit 2003 und praktiziert die Bewegungslehre selbst seit mehr als 20 Jahren.

„Es ist an der Zeit, der Ismakogie einen Platz im ganzheitlichen, medizinischen und zahnmedizinischen Netzwerk zu geben – als wertvolle Unterstützung diverser Therapiebereiche“, fordert die Kieferorthopädin. „Dank der Bewegungslehre können wir in Vergessenheit geratene oder insuffizient genutzte körpereigene Strukturen

neu entdecken und nutzen.“ Die zugrundeliegende Methodik basiert auf langjähriger Forschungsarbeit auf dem Gebiet der Anatomie und Physiologie.

Heute bringt die Ismakogie Patienten konkreten Gewinn, denn sie bewirkt die richtige Körperhaltung im Alltag und im Beruf, weniger Gelenkbeschwerden, das Lösen von Verspannungen, Festigung und Kräftigung der gesamten Muskulatur, Entlastung der Wirbelsäule und in der Folge ein harmonisches und verjüngtes Aussehen.

Wenn der Körper seine Funktionen optimal erfüllt

„Die Methoden der Ismakogie unterstützen die Funktions- und Reaktionsfähigkeit der Muskulatur und die Sensomotorik wird geübt. Hierbei wird das Körpergefühl soweit geschult, dass die Unterscheidung

zwischen ökonomischen und Verschleiß verursachenden Bewegungsmustern immer deutlicher wird“, erläutert Agnes Brügger. Zentrale Punkte dabei sind der richtige Bodenkontakt der Füße als Voraussetzung für die richtige Körperstatik, sowie die rechten Winkel der horizontalen Körperachsen zur Wirbelsäule. Mit ökonomischen Bewegungsmustern sorgt der Mensch für einen geringstmöglichen Energieverbrauch in Haltung und Bewegung, kann so Energie vernünftig nutzen und ‚gemütlich‘ und schmerzfrei bis ins hohe Alter leben.

„In Wissenschaft und Therapie tritt die Propriozeption – die Wahrnehmung der eigenen Körperbewegung – einen Siegeszug an“, berichtet Agnes Brügger. „Die Ismakogie beschreibt die physiologisch ideale Schwingungsrhythmik der beeinflussbaren Muskeln im Alltag nach körpereigenen Ordnungsgesetzen. Damit ist sie ein wunderbares Instrument

zur (Wieder-)Erlangung einer lebendigen Haltung."

Dabei wird die Bedeutung der körpereigenen Ökonomie ebenso berücksichtigt wie die erkennbaren Gesetzmäßigkeiten, denen der Bewegungsapparat unterworfen ist (vgl. Kabath). Der ganze Körper wird beteiligt, Koordinator ist wiederum das propriozeptive System. Muskeln groß und klein arbeiten in fein abgestimmter Aktion.

Wie Kiefer-Fehlstellungen auf den Körper ausstrahlen

Gut zu verdeutlichen sei dieser Zusammenhang anhand des Kiefers: „Bestimm-

te Formstörungen treten immer in exakt definierbaren Mustern gemeinsam mit bestimmten Funktionsstörungen auf“, erläutert die Kieferorthopädin Agnes Brügger. „Ist die Harmonie im Bereich zwischen Schädel, Kiefer und Kiefergelenk gestört, erleben Patienten das bunte Beschwerdebild der kranio-mandibulären Dysfunktion.“ Aus der engen Verknüpfung der Tele-Rezeptoren Auge und Ohr, die die Stellreflexe dominieren, mit dem *Trigeminus* – *Trigemino-neuronale* Konvergenz – gewinnt die Kopf- und Körperhaltung ganz neuen Stellenwert. So erleichtert ein frei getragener Kopf dem Kiefergelenk die Arbeit.

„Die im Alltag anzuwendende, strukturierende Lehr- und Lernmethode Ismakologie erhält hier erneut eine wegweisende

und bahnbrechende Bedeutung“, so Agnes Brügger. Das Muskelspiel lässt sich vom Gesicht aktivieren, von den Füßen und von jeder propriozeptiven Selbstwahrnehmung. „Der Kiefer funktioniert wie eine Relais-Station, die Energie und Nachrichten weiterleitet; die zahlreichen, nah zusammenliegenden Nervenbündel tauschen Informationen aus.“

Wenn z. B. das Auge auf dem Teller eine Speise erblicke, seien augenblicklich die muskulären Kräfte, die zur Zerkleinerung gebraucht werden, programmiert. Geübt wird nach Anne Seidel spielerisch, um parasitäre Kontraktionen und falschen Ehrgeiz zu vermeiden. So ist es ungünstig, die Zähne zusammen zu beißen – das führt zur Kontraktion weiterer Muskelketten bis hin zur Verspannung. Anne Seidel hat bereits in den 50er-Jahren solche Vernetzungen im propriozeptiven System in die täglich zu übenden Bewegungsstrukturen integriert.

Quelle: PURE



Jahrzehntelange Erfahrung mit ganzheitlicher Kieferorthopädie und Ismakologie:

Agnes Brügger
Kieferorthopädin und Ismakologie-Dozentin