

# Der MAGEN – schluck's runter oder spuck's aus!

Jetzt fragen Sie sich bestimmt: „Was hat der Magen mit Physiotherapie zu tun?“ Ganz schön viel! Das betrifft aber nicht nur den Magen, sondern alle Organe. Denn jedes Organ hat seine Verbindungen zum Skelett. Entweder direkt über Bänder oder indirekt über Faszien bzw. ein nebenliegendes Organ.

---

## **Anatomie und Physiologie:**

- Der Magen liegt im linken Oberbauch unterhalb von Zwerchfell und Herz, neben der Milz und oberhalb des querverlaufenden Dickdarms.
  - Der Magen nimmt die Nahrung auf, desinfiziert sie durch die Magensäure, bereitet den Nahrungsbrei für die weitere Verdauung vor und gibt ihn portionsweise an den Zwölffingerdarm ab.
  - Die Nerven, die den Magen versorgen, kommen aus dem 6. – 10. Brustwirbel. Außerdem sind auch Nerven an die Versorgung beteiligt, die in der oberen und mittleren Halswirbelsäule ihren Ursprung finden.
  - Der Magen ist aus drei Schichten aufgebaut. Innen liegt die Schleimhaut, die mittlere Schicht besteht aus Muskulatur und die äußere Schicht ist ein Bindegewebe, das die Gleitfähigkeit mit der Umgebung gewährleistet.
- 

**Beschwerden am Bewegungsapparat**, die mit dem Magen zusammenhängen können:

- Schmerzen in der Brustwirbelsäule (Nervenversorgung)
- Schulterprobleme links (verbindende Faszie)
- Hals- und Nackenbeschwerden (Nervenversorgung)
- Rippenschmerzen links

Zusätzlich können noch **organische Symptome** hinzukommen, wie z.B.:

- Übelkeit, Sodbrennen, Kloßgefühl
- Herzrasen und Herzstechen
- Völlegefühl nach wenigen Bissen oder ständiges Hungergefühl
- Atemprobleme (über Zwerchfell und Rippen)

Diese Symptome müssen unbedingt vor der Therapie fachärztlich abgeklärt werden!

---

### **Organsprache**

Der Magen nimmt auf was wir schlucken, körperlich und psychisch. Als Säugling umfasst die Nahrungsaufnahme auch Zuwendung und Liebe. Im alltäglichen Leben kennt man Sätze wie: „etwas in sich hinein fressen“, „Liebe geht durch den Magen“, „der Stress schlägt mir auf den Magen“, „etwas liegt mir schwer im Magen“.

---

### **Behandlung**

Die Behandlung des Magens ist eine Ergänzung zur Physiotherapie.

Die Therapeutin behandelt mittels Druck, Zug, Dehnung und Bewegung, direkt im Bereich des Organs.

Ziel der Magenbehandlung in der Physiotherapie ist es, Spannung zu senken und somit eine Linderung der Schmerzen am Bewegungsapparat.

---



Physiotherapeutin Petra Hofer

Tulln, Minoritenplatz 4-5

Rappoltenkirchen, Peziweg 3

[www.physio-hippo.at](http://www.physio-hippo.at)

0680/123 73 58

