Über mich

Mein Name ist Nicole Herrig, ich bin Osteopathin, Physiotherapeutin und Heilpraktikerin und arbeite zusammen mit meinem Mann in unserer Praxis in Schmelz.

Nach Abschluss meiner Ausbildung zur Physiotherapeutin 1996 an der Universitätsklinik Homburg (Saar) arbeitete ich zunächst in der Knappschaftsklinik Püttlingen. Danach war ich in verschiedenen Praxen im Saarland tätig und absolvierte parallel dazu eine Ausbildung als Heilpraktikerin. Diese schloss ich im Jahr 2005 mit der erfolgreichen Überprüfung am Gesundheitsamt in Saarbrücken ab. Nach weiteren Fortbildungen im Bereich manuelle Therapie, Lymphdrainage, Faszientherapie begann ich eine Zusatzausbildung zur Osteopathin und zertifizierte mich 2024 im Verband freier Osteopathen als Osteopathin mit dem Titel D.O.VFO.

In den letzten Jahren erfolgte die Spezialisierung auf Frauenheilkunde in der Osteopathie mit Ausbildung als zertifizierte Fachberaterin für Ernährung und Hormonbalance in den Wechseljahren sowie prä- und postnatale Gynäkologie. Anschließend erfolgte eine Weiterbildung an der Still Academy in Frauenheilkunde bei Professor Molinari D.O. (UK).

Ich begleite Sie gerne auf Ihrem Weg zu weniger Schmerz und mehr Wohlbefinden.

Osteopathie am Beispiel der Endometriose

Was ist Endometriose?

Bei einer Endometriose siedelt sich Gewebe, das der Gebärmutterschleimhaut ähnelt außerhalb der Gebärmutter an – meist im Unterleib an den Eierstöcken, dem Bauchfell, der Blase oder dem Darm. Genau wie bei der normalen Gebärmutterschleimhaut reagieren die Herde auf den monatlichen Hormonzyklus.
Sie bauen sich auf und bluten. Da das Blut nicht natürlich abfließen kann, führt dies zu:

- **Chronischen Entzündungen im Gewebe**
- **Verklebungen und Vernarbungen von Organen und Strukturen**
- **Starken Schmerzen, besonders vor und während der Periode, beim Geschlechtsverkehr und Toilettengang**

Die Ursachen dieser Erkrankung sind nicht eindeutig erforscht, wobei eine multifaktorielle Problematik immer mehr in den Vordergrund rückt.

Aus diesem Grund ist es auch so wichtig unterschiedliche therapeutische Ansätze zu verfolgen. Einerseits sind manuelle Techniken genauso wichtig wie Stressmanagement, Schlaf und Ernährung.

Die schulmedizinische Therapie setzt auf Schmerzmittel, Hormontherapie und operative Entfernung des betroffenen Gewebes und ist somit ein weiteres Puzzlestück, um Frauen bei starken Verläufen zu unterstützen.

Die Osteopathie bietet eine wertvolle Ergänzung an. Sie betrachtet den ganzen Körper als Einheit und versucht, die Bewegungseinschränkung zu lösen, die durch die Entzündungen, Vernarbungen und Stauungen entstanden sind.

In der Osteopathie werden die Themen wie Schlaf, Bewegung und darmfreundliche Ernährung genauso angesprochen, wie individuelle Nährstoffeinnahme und Schmerzmanagement im Alltag (Was hilft bei welchem Schmerz?).

Atmung, Durchblutung und Verbesserung der Körperwahrnehmung sind weitere Punkte, die in der holistischen Therapie bei der Endometriose eine wichtige Rolle spielen.

Die Patientinnen sollten Vertrauen in die Selbstheilungskräfte ihres Körpers aufbauen.

Praxisanschrift:

Trierer Straße 45
66839 Schmelz

Telefon:
0 68 87 - 8 74 75

info@wirbelsaeulentherapie-herrig.de

www.wirbelsaeulentherapie-herrig.de

Praxisöffnungszeiten:

Täglich: 8 - 12 Uhr und 14 - 18 Uhr

Di. und Fr.: mittags geschlossen

Termine nach Vereinbarung

Die Abrechnung erfolgt in der Regel über Privatkasse oder Heilpraktiker-Zusatzversicherung. Viele gesetzliche Krankenkassen bezuschussen die osteopathische Behandlung bei zertifizierten Therapeuten, sofern eine ärztliche Verordnung (vom Hausarzt oder Facharzt) vorgelegt wird.

Bitte informieren Sie sich vorab bei Ihrer Kasse.

Fachpraxis für Wirbelsäulentherapie

Markus Herrig
Osteopath D.O.VFO, Heilpraktiker

Nicole Herrig
Osteopathin D.O.VFO, Physiotherapeutin, Heilpraktikerin

Trierer Straße 45 · 66839 Schmelz
Tel. 0 68 87 - 8 74 75

Osteopathie in der Frauenheilkunde

Sanfte Wege der Osteopathie
bei Endometriose, Regelschmerzen,
Narbenbildung nach Operationen
und vieles mehr.

Wichtige Informationen für unsere Patienten

Frei von der Last

Die Osteopathie bietet in der Frauenheilkunde einen sanften Weg zurück zu mehr Lebensqualität und Belastbarkeit im Alltag.

Einsatzgebiete

- Zyklus- und Menstruationsbeschwerden
- Begleittherapie bei chronischen Beschwerden wie Endometriose und Vernarbungen nach Operationen im Bauchbereich
- Schwangerschaft, Geburtsvorbereitung, Wochenbett
- Unerfüllter Kinderwunsch
- Wechseljahre, insbesondere Gewebeveränderungen im kleinen Becken, Organsenkungen
- Dyspareunie (Schmerzen beim Geschlechtsverkehr)

Was bietet Ihnen die Osteopathie?

Durch sanfte Behandlungstechniken werden verklebte Strukturen gelöst und die Durchblutung im entsprechenden Bereich gesteigert.

Dies führt zu einer besseren Ver- und Entsorgung, um das schmerzhafte Gewebe zu harmonisieren.

Blockaden an Wirbelsäule und Kreuzbein werden gezielt gelöst, um die Nervenbahnen zu entlasten, die für die Schmerzweiterleitung verantwortlich sind.

Es werden sanfte Techniken am Schädel angewandt, um das gestresste Nervensystem auszubalancieren.

In bestimmten Fällen und nach genauer Absprache mit der Patientin und individueller Befundung kann eine intravaginale Behandlung sinnvoll sein, um verklebte und vernarbte Strukturen zu lösen.

Abschließend gehören eine individuelle Unterweisung in eine Trainingstherapie und einem Ernährungskonzept ebenso zur Therapie wie eine Systemregulation des Nervensystems im Alltag und ein entsprechendes Schmerzmanagement.

Die Osteopathie versteht sich als integrative Therapie zur schulmedizinischen Behandlung bei Ihrer Gynäkologin und Ihrem Gynäkologen.

Die 3 Säulen der Osteopathie

1. **Parietale Osteopathie** (Bewegungsapparat)

   Fokus:

   Wirbelsäule, Becken-Kreuzbeinbereich, Hüfte

   Wirkung:

   Blockaden in diesem Bereich werden sanft gelöst. Dies entspannt die umliegende Muskulatur und entlastet die Nervenbahnen, die für die Schmerzweiterleitung aus dem Unterleib verantwortlich sind.

2. **Viszerale Osteopathie** (Innere Organe)

   Fokus:

   Gebärmutter, Eierstöcke, Blase, Darm und Haltebänder

   Wirkung:

   Durch entzündetes Gewebe oder Verklebungen der z. B. Endometrioseherde verlieren die Organe ihre natürliche Eigenbewegung. Sanfte Griffe lösen diese Spannungen, verbessern die Durchblutung und fördern den Lymphabfluss im kleinen Becken. Eine intravaginale Behandlung bietet hier bei besonderen Beschwerden wie z. B. Schmerzen beim Geschlechtsverkehr oder beim Toilettengang, eine wertvolle Therapiemöglichkeit.

3. **Kraniosakrale Therapie** (Nervensystem)

   Fokus:

   Schädelknochen, Wirbelsäule, Kreuzbein

   Wirkung:

   Chronische Schmerzen versetzen das Nervensystem in dauerhaften Stress.
   Die Techniken harmonisieren das vegetative Nervensystem, senken das allgemeine Schmerzempfinden und verbessern die Durchblutung.

Ihre Vorteile auf einen Blick

Ganzheitlich

Es werden nicht nur Symptome unterdrückt, sondern die Mobilität des gesamten Körpers gefördert.

Individuell

Jede Behandlung wird exakt auf Ihren Befund und aktuelle Tagessituation abgestimmt.

Sanft

Die Techniken sind gewaltfrei und respektieren die Signale Ihres Körpers.