

Zeitschrift:	Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber:	Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band:	77 (2006)
Heft:	1
Artikel:	Fussreflexzonen-Therapeutin Rosmarie Rizzi über Möglichkeiten und Grenzen alternativer Heilmethoden : "Es ist falsch, gänzlich auf Schulmedizin verzichten zu wollen"
Autor:	Rizzi, Elisabeth / Rizzi, Rosmarie
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-803850

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 15.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Fussreflexzonen-Therapeutin Rosmarie Rizzi über Möglichkeiten und Grenzen alternativer Heilmethoden

«Es ist falsch, gänzlich auf Schulmedizin verzichten zu wollen»

■ Elisabeth Rizzi

«Nur Ärzte, Physiotherapeuten, Krankenpfleger oder Hebammen besitzen die nötigen Grundkenntnisse für eine seriöse Alternativtherapie.» Das sagt Altenpflegerin und Fussreflexzonen-Therapeutin Rosmarie Rizzi. Als Ergänzung seien alternative Methoden jedoch auch bei Betagten und Sterbenden sinnvoll.

■ *Der Markt an alternativen Heilmethoden ist gross. Wo fängt Scharlatanerie an, und wo hört der nachweisbare Therapienutzen auf?*

Rosmarie Rizzi: Das ist eigentlich einfach: Scharlatanerie betreiben Therapeuten ohne medizinischen Hintergrund. Ich denke dabei an die Hobby-mediziner, die in einigen Wochenendkursen Alternativmedizin lernen. Hier kann die Therapie durchaus gefährlich werden, weil diese Personen oft nicht über die nötigen anatomischen und physiologischen Kenntnisse verfügen.

■ *Wie sieht eine seriöse Ausbildung aus?*

Rizzi: Nur Ärzte, Physiotherapeuten, Krankenpfleger oder Hebammen, die sich zusätzlich Wissen in komplementärmedizinischen Praktiken aneignen, besitzen die nötigen Grundkenntnisse für eine seriöse Alternativtherapie.

■ *Wie findet der Patient sich im Therapeutenschungel am besten zurecht?*

Rizzi: Wenn es unklar ist, muss der Patient den Therapeuten ganz deutlich

fragen, was für eine Ausbildung dieser absolviert hat. Natürlich kann auch eine medizinisch ungebildete Person mit viel Erfahrung manchmal gute Therapie-Ergebnisse erzielen, aber das ist meines Erachtens sehr selten der Fall. Schlimmstenfalls kann sie hingegen zum Beispiel durch falsch angewendete Fussreflexzonen-massage einen Herzinfarkt auslösen.

■ *Das passiert Therapeuten mit medizinischer Vorbildung nicht?*

Rizzi: Therapeuten mit medizinischer Grundausbildung können Überreaktionen rechtzeitig erkennen und ihnen entgegenwirken.

■ *Wieso gibt es keine klare Deklaration von seriösen Therapeuten?*

Rizzi: Es ist schwierig, zu 100 Prozent als Alternativtherapeut zu arbeiten. Man verdient zu wenig Geld an den Behandlungen. Und die Krankenkassen drücken ihre Tarife zusätzlich, weil es zu viele Therapeuten gibt. Konventionelle Ärzte wiederum haben oft Mühe mit Alternativtherapeuten, weil sie denken, ihnen würden Patienten weggenommen. Dabei ist es umge-

kehrt: Ein guter Alternativtherapeut kennt seine Grenzen und überweist bestimmte Patienten an einen Arzt. All das macht die Situation für ernsthafte Therapeuten nicht gerade einfach.

■ *Von welchen alternativen Behandlungsmethoden distanzieren Sie sich klar?*

Rizzi: Ich halte nicht sehr viel von Bachblüten und Chro-motherapie (Farbtherapie). Mit Homöopathie habe ich ebenfalls teilweise Mühe. Allerdings denke ich bei allen komplementären Heilpraktiken: Sie

können begleitend zur Schulmedizin helfen. Es ist aber falsch, als Alternativtherapeut gänzlich auf Schulmedizin verzichten zu wollen. Ich finde es sehr gefährlich, wenn ein Heilpraktiker einem Diabetiker oder einem Epileptiker dazu rät, auf die schulmedizinischen Medikamente zu verzichten. Als Komplementärtherapeut kann man dem Patienten allenfalls Hoffnung machen, dass er weniger Medikamente brauchen wird. In Einzelfällen kann auch ganz auf die schulmedizinische Medikation verzichtet werden. Aber das ist Glück – und ohne



«Therapeuten ohne medizinischen Hintergrund betreiben Scharlatanerie.»

Fotos: eri

aktive Mithilfe des Patienten selten möglich.

■ *Können Sie etwas zur Seriosität von einzelnen Methoden sagen? Wohin gehören Kinesiologie, Kinestetik, Akupunktur und Fussreflexzonenzassage?*

Rizzi: Kinestetik ist kontrollierbar: Kinestetik ist eine berufsspezifische Pflegemethode, die ausschliesslich in Heimen und bei der Spitex von medizinisch Ausgebildeten angewandt wird. Bei den anderen Methoden ist es, wie schon erwähnt, heikel. Nicht die Methode ist seriös oder unseriös. Es ist viel mehr die Frage, wer welche Kurse absolviert hat.

■ *Wie wichtig ist bei alternativen Praktiken der Glaube an die Behandlung?*

Rizzi: Wenn jemand in einem Tief ist und an die verabreichten Mittel glaubt, ist der Glaube sicher nützlich. Das kennt man ja auch als Placebo-Effekt. Ich nutze diesen auch. Zum Beispiel habe ich im Heim einem Bewohner bei Schlafstörungen Assugrin in Wasser aufgelöst und zu trinken gegeben. Ich habe ihm nicht gesagt, was drin ist. Stattdessen habe ich das Getränk als wirksames Schlafmittel angekündigt. Er hat es genommen, wunderbar geschlafen und später sogar gesagt, so ein gutes Schlafmittel habe ihm der Arzt noch nie verschrieben.

■ *Welche Rolle spielt der Glaube an den Therapeuten?*

Rizzi: Mehr als Glaube ist meines Erachtens das Begleiten der Patienten durch den Therapeuten während einer schwierigen Lebensphase, sei das bei Krankheit oder bei anderem. Wir regen die körpereigenen Selbstheilungskräfte an. Und man weiss, dass das viel besser geht, wenn sich der Patient wohl und getragen fühlt in einer Therapie. Was bei unserer Methode dazu kommt, ist der prophylaktische Effekt. Menschen denen es rundum gut geht, werden erstens

weniger krank, und zweitens können wir Fehlermeldungen eines Organismus frühzeitig erkennen, noch bevor es der Patient spürt. Zudem arbeiten wir mit den Patienten, das heisst, wir geben 50 Prozent, und den Rest trägt er selbst bei.

■ *Wo sind die Grenzen von Alternativbehandlungen?*

Rizzi: Vor allem bei entzündlichen Erkrankungen ist von Alternativbehandlungen abzusehen. Menschen mit Herzschrittmachern sind auch davon ausgeschlossen. Eine Kontraindikation stellt auch alles dar, was eine Operation verlangt. Krebs bildet eine Ausnahme: Aber auch hier soll die Alternativtherapie nur ergänzend zur Schulmedizin erfolgen und keinesfalls ausschliesslich. Bei psychosomatischen Krankheiten sind hingegen alternative Methoden geeignet. Denn hier sind oft nicht Medikamente nötig, sondern eine Begleitperson. Und bei statischen Beschwerden an Muskeln und Knochen kann man mit Massagetechniken Operationen oft wirksam hinauszögern oder sogar durch langfristige Therapie und Bewegung seitens der Patienten verhindern.

■ *Welche alternativen Techniken wenden Sie im Altersheim an?*

Rizzi: Ich nutze oft Walter Fronebergs manuelle Neuraltherapie. Bei Nacken- und Schulterproblemen mache ich Massage sowohl am Ort der Schmerzen wie auch über die Fussreflexzonen. Vor allem bewährt hat sich die Lymphdrainage über den Fuss, weil es für den Organismus weit weniger anstrengend ist, zudem wird damit auch das

Immunsystem nachhaltig gestärkt. Und es hat eine entspannende Wirkung, es hilft sehr oft anstelle von Schlafmitteln. Ansonsten werden in unserem Heim Wärme- und Kälteanwendungen gemacht. Klassische Massage und Gespräche statt Medikamenten haben einen festen Platz. Tee wird ebenfalls häufig verwendet.



«Wenn jemand in einem Tief ist und an die verabreichten Mittel glaubt, ist der Glaube sicher nützlich.»

■ *Wo werden im Heim noch zu wenig alternative Methoden genutzt?*

Rizzi: Streichungen an den Füßen

könnten Pflegende mit sehr wenig Aufwand lernen und beherrschen. Ausserdem scheint mir die Möglichkeit von Fussreflexzonentherapie noch zu wenig ausgereift, denn sie ist sanfter als die üblicherweise praktizierte Physiotherapie. Wir nennen sie auch «Antiphysiotherapie». Damit kommt sie den Bedürfnissen der Betagten eindeutig mehr entgegen.

■ *Inwiefern brauchen Betagte eine andere Behandlung als junge Menschen?*

Rizzi: Betagte leiden an Knochen- und Muskelrückbildungen. Ausserdem muss man mit Arthrose rechnen. Als Therapeut muss man die Muskeln stärken. Wenn man zu grob zupackt, wie dies die normale Physiotherapie oft tut, erreicht man oft das Gegenteil, d.h., die Betagten haben vermehrt Schmerzen. Dadurch besteht die Gefahr, dass sie Bewegung erst recht meiden. Mit Fussreflexzonen-Therapie und nachfolgenden kinesthetischen Übungen kann der betagte Mensch schonender und schmerzfreier bewegt werden. Konkret heisst das: Erst aktiviert der Therapeut über den Fuss



Benchmarking für Heime in der Schweiz

www.benchmarking.zh.ch

Seit vier Jahren vergleichen Heime für erwachsene Menschen mit einer Behinderung ihre Leistungen unter der unabhängigen Anleitung des statistischen Amtes des Kantons Zürich. Die Betriebe diskutieren die Kriterien und Resultate, die Statistiker gewährleisten die Professionalität. Um die Vergleichsmöglichkeiten zu verbessern wird das Projekt auf die Regionen der Deutschschweiz ausgedehnt. An vier Anlässen orientieren wir interessierte Institutionen über das Benchmarkingprojekt und dessen Teilnahmebedingungen:

- **Zürich**, Restaurant Au Premier, Hauptbahnhof
- **Luzern**, Migros Clubschule, Hertensteinstr. 9
- **Bern**, altes Rathaus, Rathausgasse
- **St. Gallen**, Hotel Walhalla, beim Hauptbahnhof

- | | |
|-------------------------|-------------------|
| 2. März 2006 Donnerstag | 14.15 – 16.30 Uhr |
| 8. März 2006, Mittwoch | 14.15 – 16.30 Uhr |
| 14. März 2006, Dienstag | 14.15 – 16.30 Uhr |
| 21. März 2006, Dienstag | 14.15 – 16.30 Uhr |

Teilnahmekosten pro Person 70 Franken (Rechnung). Bitte Anmeldung unter Angabe der gewünschten Informationsveranstaltung, Institution, Anzahl und Namen der teilnehmenden Personen per Fax senden an 044 385 91 99 oder per e-Mail an g.gyr@curaviva.ch

Betriebe, die das Projekt bereits kennen und sich für die Teilnahme entschieden haben, können die Projektteilnahme unter www.benchmarking.zh.ch anmelden.



MUNDO AG
FRUCHTIMPORT

Handelshof
CH-6023 Rothenburg
Luzern-Schweiz

Telefon 041 288 89 29
Telefax 041 280 02 66
E-Mail info@mundo-frucht.ch

Früchte + Gemüse
Tiefkühl-Produkte
Molkerei-Produkte

Für Produkte vom Feinsten

Mitglied des CURAVIVA-Einkaufspools



IQP-Pflegedok 2000

viele Ansprüche = ein System

seit 1999 in über 200 Institutionen in der Schweiz
im Tessin sowie im europäischen Ausland

Information und Dokumentation durch

Telefon +41 (0)41 282 08 55

Fax +41 (0)41 282 08 56

www.ihr.ch / www.pflegedok.ch / e-mail info@ihr.ch



die betreffenden Stellen. Anschliessend zeigt er dem Patienten, wie sich dieser mit Kinesthetik leichter bewegen kann. Ich selbst hatte beispielsweise einen Polio-Patienten, der dank diesem Vorgehen inzwischen teilweise auf seinen Stock verzichten kann. Das Problem besteht darin, dass dies eine sehr personenabhängige Therapie ist. Nicht jeder Therapeut wirkt bei jedem Patienten gleich gut. Das macht den wissenschaftlichen Wirkungsbeweis schwierig.

■ *Gibt es Betagte, bei denen Komplementärmethoden ungeeignet sind?*
Rizzi: Ja, bei Dementen sind vor allem manuelle Praktiken wie Fussreflexzonentherapie oder Kinesiologie sehr schwierig. Demente können keine klare Antwort auf Signale geben, deshalb kann man

kaum feststellen, wo die Problemzonen liegen. Doch erzielen wir auch da mit der Lymphdrainage und den Ausgleichsgriffen über den Fuss sehr gute Resultate.

■ *Welche Methoden haben Sie selbst schon bei Sterbenden praktiziert?*
Rizzi: Ich habe hauptsächlich mit Fussreflexzonen-Therapie Erfahrung. Hier habe ich oft die Lymphdrainage über die Füsse durchgeführt. Ausserdem mache ich kinesiologische Ying-Yang-Ausstreichungen. Bei Patienten im Endstadium habe ich gute Erfahrungen gemacht, durch Fussreflexzonen-Organbehandlung die Vitalfunktionen von Nieren, Lunge, Leber und Darm lange erhalten zu können. Das heisst: Zwei von drei Patienten konnten dadurch in den Armen ihrer Angehörigen sterben statt im Spital



«Ich beobachte, dass Pflegende allgemein zu sorglos mit Heilkräutertees umgehen.»

und haben auch keine Infusionen gebraucht. Einige Patienten sind weniger empfänglich für diese Art von Therapie. Das muss man einfach akzeptieren.

■ *Ist Fussreflexzonenmassage mit Sterbenden anders als mit gewöhnlichen Patienten?*

Rizzi: Streichbewegungen und das Halten des Fusses sind fast so wichtig wie die Therapie selbst. Sie geben dem

Sterbenden ein Gefühl des Getragenwerdens. Der Patient kann sein ganzes Leid loslassen. Bei Sterbenden ist es mir zu dem wichtig, auch die nächsten Bezugspersonen zu berücksichtigen. Man kann ihnen zeigen, was sie mit einfachen Handgriffen selbst tun können. So bezieht man sie als Therapeut in die Behandlung mit ein und

vermittelt nicht den Eindruck, dass sie nutzlos daneben stehen müssen.

■ *Heutige Betagte sind in einer Gesellschaft aufgewachsen, in der Schulmedizin das Höchste war. Wie reagieren sie auf Komplementärmedizin?*

Rizzi: Ich sage nie, dass ich beispielsweise Fussreflexzonen-Therapie mache. Sonst wären die alten Menschen skeptisch. Ich frage sie stattdessen, ob ich sie am Fuss kurz massieren darf. Hinterher frage ich sie, ob es ihnen besser geht. Wärme- und Kältetherapie sind dagegen auch mit Namensnennung gut akzeptiert. Ebenso haben die Betagten gerne klassische Massagen sowie pflanzliche Arzneien und Salben.

■ *Wo besteht das grösste Fehlerrisiko in der Alternativbehandlung von Betagten?*

Rizzi: Wenn Kinesthetik nicht richtig angewandt wird, bekommt der Patient Schmerzen. Ausserdem beobachte ich, dass Pflegende allgemein zu sorglos mit Heilkräutertees umgehen. Oft werden Tees zu stark aufgegossen. Hier gilt zu bedenken, dass Tees auch Wirkstoffe beinhalten und eine Überdosierung zu Nebenwirkungen führen kann, genauso wie bei einem künstlich erzeugten Medikament.

■ *Haben Sie selbst einmal einen Kunstfehler gemacht?*

Rizzi: Ganz am Anfang nach meiner Fussreflexzonen-Ausbildung habe ich einem alten Mann zu stark an der Reflexstelle der Gallenblase gedrückt. Er hat dadurch eine Gallenblasenkolik entwickelt und musste ins Spital gebracht werden. Dort wurden Steine festgestellt, die aufgelöst werden mussten.

■ *Und was war das schönste Erlebnis bei Ihrer Therapiearbeit?*

Rizzi: Mich hat einmal eine Frau, die mich kannte, auf der Strasse angehalten und gefragt, ob ich ihre Füsse anschauen könne. Sie habe vom Orthopäden Einlagen erhalten sollen und sei skeptisch. Ihre Füsse waren tatsächlich stark verformt, vor allem in der Gegend der Lungenreflexe. Ich habe sie daraufhin gefragt, ob sie Atemwegsprobleme habe. Tatsächlich litt die Frau an wiederkehrenden Lungenentzündungen. Also habe ich über den Fuss ihre Lungenprobleme behandelt. Dabei hat sich nach einigen Sitzungen auch die Deformation des Fusses etwas verbessert. Lungenentzündungen hatte die Frau seither keine mehr.

Rosmarie Rizzi Thoma arbeitet im Alterswohnheim Bruggli in Netstal (GL). Sie ist gelernte Kinderkranzschwester und Kursleiterin beim Roten Kreuz sowie beim Samariterverband. Ihre Ausbildung für Fussreflexzonen- und Neuraltherapie hat sie an der Schule Hanne Marquardt in Königsfeld-Burgberg (Süddeutschland) und Axel Froneberg in Erkzellen absolviert.