Zeitschrift: Der Heilmasseur-Physiopraktiker : Zeitschrift des Schweizerischen Verbandes staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker = Le praticien en massophysiothérapie : bulletin de la Fédération suisse des praticiens en massophysiothérapie

Herausgeber: Schweizerischer Verband staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker

Band: - (1939)

Heft: 5

Artikel: Die Behandlung der seitwärts verkrümmten Wirbelsäule : die Skoliose

Autor: Aerni, J.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-931013

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: 07.08.2025

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

Die Ausübung der Praxis für Massage und Heilgymnastik ist in Lettland reglementiert und die Genehmigung wird erst nach einer Registrierung der entsprechenden Diplome durch das Volkswohlfahrtsministerium erteilt.

Am 1. Januar 1939 waren in Lettland 176 tätige Heilgymnasten und Masseure registriert. (Lettland hat bei einer Größe von 65791 qkm [Schweiz 41295 qkm] rund 2 Millionen Einwohner [Schweiz rund 4 Millionen Einwohner]. Es besitzt 14 Städte mit über 5000 Einwohnern. Die Hauptstadt Riga, als größte Stadt Lettlands, hat allein rund 400,000 Einwohner, die zweitgrößte Stadt ist Libau mit rund 60,000 Einwohnern. Die Redaktion).

Die Behandlung der seitwärts verkrümmten Wirbelsäule Die Skoliose

Von Joh. Aerni, Basel

Die Korrektur einer Skoliose auf anatomisch physiologischer Basis erheischt, nebst Kenntnis der Anatomie, die Beherrschung derjenigen Massage und Gymnastik, die zur Geradewuchs-Erziehung des Körpers führt. Sie bedeutet die Kunst, durch mechanische Streckung und Geradeschiebung gewisse, aus ihrer normalen Lage gewichene Knochen-Verbindungen (Gelenke) wieder in dieselbe zu bringen und darin zu erhalten. Die Abnormitäten der Körpergestalt, welche durch das Knochengerüst verursacht werden, können sein: Verkrümmungen, d. h. Abnormitäten in der Längsachse der Knochen, namentlich der Röhrenknochen; Verdrehungen, d. h. Abweichungen der Querachse, und Verschiebungen (im gegenseitigen Lagenverhältnis der Knochen zueinander, namentlich in ihren Gelenkverbindungen).

Die Verdrehungen und Verschiebungen, die besonders häufig an der vielgliederigen Wirbelsäule vorkommen und sich von hier aus den damit in Verbindung oder Lageabhängigkeit stehenden Knochen, wie Rippen, Becken mitteilen, sind die eigentlichen orthopädischen Gebrechen, während die Verkrümmungen und Gelenkverwachsungen (Steiffheiten) mehr der operativen Chirurgie angehören.

Die Verdrehungen und Verschiebungen, mit welchem wir uns hier befassen, können angeboren oder erworben sein. Angeboren sind sie z. B. beim Pferdefuß, Klumpfuß, bei Säbelbeinen, bei der Klump-Hand, dem Buckel, der Hühnerbrust, der schiefen Hüfte. Erworben werden sie durch schlechte, schiefe Haltung, wie bei jungen Mädchen, durch vorherrschend einseitige Lage, wie der Buckel der Schreiber, die Form der Beine bei Schneidern, bei Reitern, namentlich aber auch bei allgemeiner Muskelschwäche, wo dann die Antagonisten das Übergewicht erhalten und die Knochen, woran sie befestigt sind, nach ihrer Seite ziehen.

Die frühere Methode in den orthopädischen Anstalten, Knochenverschiebungen und dadurch entstandene, namentlich erworbene Deformitäten der Körpergestalt zu korrigieren, bestand fast allein in Streckungen, Druckbandagen, Zwangshaltungen. Man schnallte die Personen in Apparate, hing ihnen Gewichte an und ließ sie lange in gestreckter Lage liegen. Da aber diese Methode eine sehr lange Zeit erforderte, indem man in den meisten Fällen nicht die Grundursache angriff, so waren die Erfolge oft zweifelhaft und das viele Liegen machte Brustkrank, das viele Hängen, Drücken und Zerren schadete innern Organen. Wo nicht offenbare Sehnen-Verkürzungen, Verwachsungen und angeborne Deformitäten vorhanden sind, welche der in dieser Richtung fortgeschrittenen operativen Chirurgie anheimfallen, da hat man erkannt, daß eine passive Gerade-Streckung der verkürzten Muskeln nicht viel nützen kann, daß es vielmehr darauf ankommt, den Antagonismus zwischen den betreffenden Muskeln dadurch ins Gleichgewicht zu bringen, daß man die schwächere, erschlaffte Muskulatur aktiv in Bewegung setzt, sie durch Übung kräftigt und dadurch den nach der stärkeren Seite hin gewichenen Knochen wieder in die richtige Lage zurückführt. Diese Betätigung und Kräftigung der schwächern, der Kraft der Antagonisten unterliegenden

Muskeln geschieht nun durch eine, auf deren Aktivität berechnete Gymnastik, die sich durch viele Erfahrungen immer als die sicherste und nachhaltigste Methode bewährt hat und, namentlich bei Jugendlichen, bei Rückenwirbel-, Schulterblatt- und Beckenverschiebungen, bei allgemeiner Schwäche oder vernachläßigter Haltung, zum raschesten Erfolg führt. Eine nachläßige Haltung ist immer mit Tätigkeit einer gewissen Muskelgruppe verbunden, während die andere, derselben entgegenwirkende, untätig bleibt. Dauer, Wiederholung und Gewohnheit dieser Haltung hat zur Folge, daß die aktiven Muskeln sich stärken, kräftigen, zusammenziehen und sich kürzen, die passiven aber erschlaffen, schwach werden und sich verlängern, der Knochen demnach, auf den beide Gruppen wirken, nun allmählich nach der Seite des stärkern Zuges ausweicht. Man hat deshalb sein Augenmerk stets auf die Haltung der Patienten, besonders bei Kindern zu richten und, wo man bei öfterer Prüfung des nackten Körpers irgend eine Abnormität in der Symetrie beider Seitenformen bemerkt, sofort darauf zu achten, daß sie sich gerade halten und täglich gymnastische Bewegungen vornehmen, wodurch die Muskeln der nachgiebigen, schwächern Seite besonders in der Aktion geübt werden.

Eine der Eigentümlichkeiten des orthopädischen Turnens sind die redressierenden Bewegungen. Das aktive Selbstredressement, sowie das passive Redressement.

Diesen redressierenden Bewegungen hat stets eine gründliche Massage der gesamten Muskulatur des Körpers voranzugehen, nicht etwa nur an den Stellen der auffallend deformierten Extremitäten, wie vielfach praktiziert wird.

Eine hypertonische Hüftemuskulatur zum Beispiel und die damit bedingten ungleichen Muskelzüge übertragen sich von dort aus, unsymetrische Deformationen hervorrufend, bis zum Halsskelett hinauf, sowohl als bis zum Fußskelett hinunter.

Zur Korrektur einer Skoliose eignen sich u. a. hauptsächlich folgende Übungen:

1. Wir stellen den Patienten mit unbekleidetem Rücken vor uns hin und lassen ihn seine denkbar beste Haltung einnehmen. Aus dieser Haltung heraus läßt man den Patienten sich ad maximum strecken. Die Hände werden in die Hüfte gestemmt und nun der Rumpf auf Kommando in die Höhe gestreckt. Anfangs geht es in der Regel schlecht. Der Gymnastiker hält dann seine Hand in leichtem Abstande über dem Kopf und fordert den Patienten auf, mit seinem Kopf an die Hand zu stoßen: dazu muß sich der Patient strecken. Man achte darauf, daß er sich bei solchen Streckversuchen nicht nach hinten überlegt und, anstatt sich zu strecken, eine stärkere Lendenlordose erzeugt. Allmählich hält man die Hand etwas höher vom Kopfe entfernt, und so lernt es der Patient nach und nach, sich wirklich zu strecken und nicht die Schulterblätter hochzuziehen.

2. Kann sich der Patient nun gut strecken, so muß er in maximal gestreckter Haltung seinen Rumpf nach vorn biegen und ihn dann wieder zurückführen. Dabei müssen die Schulterblätter zurückgenommen und der Kopf zurückgehalten werden. Die Hände werden zunächst dauernd in die Hüfte eingestemmt gehalten. Erst später, wenn die Übung, bei der man den Patienten zunächst fortwährend aufmuntern muß, sich gestreckt zu halten, richtig ausgeführt wird, läßt man aus der Rumpfbeugehaltung heraus noch mit den Armen auf Kommando die Bewegung des Schwimmens ausführen. Man läßt die Übung deshalb am unbekleideten Körper vornehmen, weil man so jederzeit im Stande ist, die Wirbelsäule zu kontrollieren; Abweichungen derselben von der gewünschten Haltung zu korrigieren und zu sehen, daß die Übung auch den gewünschten Zweck hat.

3. Eine weitere Übung läßt man in der Bauchlage des Patienten ausführen, indem sich dieser durch aktive Muskelkraft in möglichst gestreckter und korrigierter Haltung nach hinten von der Unterlage abbiegt. Es empfiehlt

sich, noch viele andere Übungen vornehmen zu lassen. Sie alle hier anzuführen, würde zu weit führen. Wir nennen nur die Kriechübungen, den Bärenschritt, das Seitwärtspendeln am Reck.

4. Nach den Streckübungen folgen die eigentlichen, aktiven Redressionsübungen Diese werden in zweifacher Weise ausgeführt. Der Patient nimmt zunächst seine habituelle Haltung an. Dann stemmt er, eine habituelle rechtskonvexe Dorsal- und linkskonvexe Lendenskoliose angenommen, seine linke Hand fest in die Hüfte ein. Die rechte kommt unterhalb der Schulterblattspitze auf den Rippenbuckel zu liegen. Auf das Kommano eins, streckt sich der Patient so gut es geht. Gleichzeitig verschiebt er seinen Oberkörper auf dem Becken nach links, damit die pathalogisch vorstehende linke Hüfte herein, die rechte, fast verschwundene Hüfte aber herauskommt, und mit der rechten Hand drückt er, seiner linken Hand entgegengesetzt, gewissermaßen als Gegenstützpunkt, seinen Rippenbuckel möglichst herein.

Kann der Patient diese Übung gut ausführen, so geht man zu den Übungen über, welche den Zweck haben, die skoliotische Wirbelsäule in ihr Gegenteil umzukrümmen. Nehmen wir wieder eine rechtskonvexe Dorsal- und linksconvexe Lendenskoliose an, so lernen die Patienten zunächst 1. die Lendenkrümmung, dann 2. die Brustkrümmung und schließlich 3. beide zusammen aktiv zu korrigieren resp. überzukorrigieren.

5. Zur Korrektur der L e n d e n skoliose stellt sich der Patient mit entblößtem Rücken vor uns hin. Wir lassen ihn dann das rechte Bein etwas abduzieren und nach vorn stellen, beide Hände auf den Kopf legen. Wenn wir nun kommandieren „eins", b i e g t der Patient, während er seinen Rumpf, so gut es nur geht, streckt, bei gleichzeitig fest auftretendem rechten Fuß, sein rechtes Hüft- und Kniegelenk. Dadurch entsteht auf der rechten Seite eine Senkung des Beckens, und dementsprechend muß sich auch die Lendenwirbelsäule nach rechts umkrümmen.

6. Die Umkrümmung der B r u s t skoliose ist in der Regel schwerer zu erreichen, resp. zu erlernen. Sie wird geübt, indem der Patient bei pararell stehenden Beinen seine linke Hand auf den Kopf legt, die rechte aber, unterhalb der Schulterblattspitze gegen den Rückenbuckel anstemmt. Auf Kommando 1 streckt sich Patient nun maximal und schiebt gleichzeitig den Rumpf gegen das Becken nach links, drückt den Ellbogen, während die Hand auf dem Kopfe liegen bleibt, nach links oben gegen die Decke in die Höhe und drückt gleichzeitig mit der rechten Hand möglichst fest gegen den Rippenbuckel.

7. Können die Patienten diese Übungen einzeln gut ausführen, so kommt die Kombination derselben, d. h. die eigentliche Umkrümmung an die Reihe. Patient stellt sich vor den Masseur-Heilgymnasten, abduziert sein rechtes Bein und stellt es etwas nach vorn, die linke Hand kommt auf den Kopf, die rechte auf den Rippenbuckel. Auf das Kommando „eins" biegt nun der Patient sein rechtes Bein im Hüft- und Kniegelenk, gleichzeitig verschiebt er aber seinen Rumpf nach links gegen das Becken, drückt den Ellenbogen möglichst stark nach links oben in die Höhe und die rechte Hand möglichst kräftig gegen den Rippenbuckel. Anfangs muß der Masseur-Gymnastiker immer etwas nachhelfen; er tut dies am besten, indem er seine eigene linke Hand als Gegenhalt gegen die linke Hüfte des vor ihm stehenden Patienten legt, während er mit der rechten gespreizten Hand oberhalb der rechten Hand des Patienten den Thorax umgreift und ihn nach links hinüberdrückt.

Diese Übungen haben einen sehr günstigen Einfluß auf die Besserung der Skoliose, doch müssen sie exakt und unter steter Kontrolle des Masseur-Gymnastikers ausgeführt werden. Der Masseur-Gymnastiker muß jeden einzelnen Fall individuell nehmen. Jeder einzelne Fall muß genau analysiert, in seine Komponenten zerlegt und demgemäß behandelt werden.

(Fortsetzung folgt)

Günstig zu verkaufen: **Massagebank,** verstellbar, wie neu Fr. 90.—. **Kohlensäureapparat** Carba Fr. 120.—. **Heißluftapparate,** auch zu vermieten von Fr. 10.— an per Monat.

Fritz Lüscher, Schweizergasse 10, **Zürich 1.**

Die Herausgabe der vorliegenden Nummer wurde durch die allgemeine Mobilisation wieder unliebsam verzögert, was die Mitglieder und Inserenten wiederum gütigst entschuldigen wollen. **Die letzte Nummer dieses Jahres erscheint Ende Dezember.** Die Redaktion.

Wolo Badezusätze

Filimas

Wässeriger Auszug aus Farnwurzeln in konzentrierter Form an Stelle der langwierigen Farnkraut-Abkochungen. Ein Löffel voll Filimas ist wirksamer als eine gewöhnliche Abkochung von 1 kg Farnwurzeln. Filimas ist angezeigt bei:

Rheumatismus und Gicht, bei mangelhafter Blutzirkulation und bei Blutandrang zum Kopf (Fußbäder). Gegen Krampfadern-Beschwerden und Wadenkrämpfe.

Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne ein Muster.

WOLO A.-G. ZÜRICH

Apparate:

Künstl. Höhensonne
Vibratoren Sanax und Penetrator
Hochfrequenz
Diathermie
Vapozone
Elektr. Fußpflege etc.

Mobiliar:

Massagebänke
Kosmetikfauteuils
Pédicurefauteuils
fahrbare Tische
Vitrinen und Spiegel
Warenschränke
Trennwände etc.

Prospekte und Angebote unverbindlich und kostenlos
Permanente Ausstellung

J. Schalk
Jägergasse 5, bei der Sihlpost. Telefon 37140 **Zürich**

Vadret A.-G. Zürich, Schimmelstraße 1

Alles für die praktische Fuß-Orthopädie

Fuß-Stützen und Bandagen in diversen Ausführungen

Beste Schweizerfabrikate!

Verlangen Sie Katalog und Preisliste

Compressyl-Salbenkompresse

läßt sich einzig sauber in beliebig große Stücke schneiden

Vielfach bewährt bei oberflächlichen Hautverletzungen, Schürfungen, Verbrennungen 1. u. 2. Grades, akuten, subakuten, chronischen, spezifischen u. unspezifisch. Ekzemen

Zürich

Muster und Prospekte durch die Hersteller:

Verbandstoff-Fabrik Zürich A.-G., Zürich 8

Winterthur Unfall

Schweizerische Unfallversicherungs-Gesellschaft in Winterthur

Mitglieder des Fachverbandes staatlich geprüfter Masseure und Masseusen genießen Vorzugsprämien für die Versicherung der gesetzlichen Haftpflicht. Anmeldungen sind an das Zentralsekretariat (J. Boßhard, Badanstalt, Thalwil) zu richten.

Eau de Colognes:

Russe No. 148, Chypre
Plusieurs Fleurs etc.

Lavendelwasser!

empfiehlt Ihnen

Hermann Luzi, Zürich

Stampfenbachplatz 2

Bade-Kräuter

einzeln oder gemischt

Kamillen, Pfeffermünz
Eichenrinde, Farnwurz
Wachholder, Kastanienblüten
Heublumen alp. u. s. w.
zu ENGROS-PREISEN

J. Boßhard-Sigg's Erben

Kräuterhaus Thalwil (Zch.)

Frau Elsa Kahl-Meister
Masseuse Horgen

A. Z.

Pharmacies Populaires
Genève Fondées en 1891
par les Sociétés de Secours Mutuels

27, Quai des Bergues
8, Rue d'Italie
55, Rue de Carouge
50, Rue de Monthoux
6, Avenue du Mail
27, Rue de la Servette

RADIO

DÉESSE

12, rue Céard
GENÈVE
Tél. 49119

Toutes réparations d'appareils électro-médicaux

„EMOS" Manufacture suisse de semelles hygièniques et orthopédiques et d'articles sanitaires

Spécialités:

Ceintures, plastrons et tous articles en **peau de chat**
Semelle de santé: „Panama" et „Phénol" (désodorisante)
Semelle électrique: „MAG" et „CA-LO-RA" (réchauffante)
Semelle orthopédique légère: „ORTHO-LEMAR"
Support correcteur breveté: „BESTO"

Demandez offre et conditions, ou visite du voyageur à

Propica S. A., Garouge-Genève (Tel. 46607)

Tables de Massage
Appareils de gymnastique
Médicale et orthopédique
Réparations en tous genres

Ebénisterie
J. BEETSCHEN
GENÈVE
Place du Bourg de Four 9
Téléphone 43083

AUTO-AMBULANCES

ED. BRATSCHI

rue micheli du Crest 39
GENÈVE
Téléphone 51910

Bains de Chantepoulet
5, rue Paul-Bouchet - Tél. 26679
Genève

Bains Turc - Vapeur
Fumigation - Douche
Ecossaise
Bains médicamenteux

L. Marro, membre de l'Association

SAVON D'IODE
du Dr. Obermayer
Excellent pour les massages amaigrissants
Le pot No. 1: Simple: Fr. 4.50
Le pot No. 2: Renforcé Fr. 5.50
Remise spéciale pour masseurs
Seul Dépôt
Pharmacie Finck & Cie.
Genève

Imprimerie A. Lætsch-Studer, Olten
Expedition - Expédition: W. Heiz, Zehnderweg 25, Olten