

**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:** - (1941)

**Heft:** 4

**Artikel:** Der Rücken und seine Erkrankungen

**Autor:** Schäfer, R.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-931024>

### **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:** 11.02.2026

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

# Der Rücken und seine Erkrankungen

von Dr. med. Rud. Schäfer, Zürich

(Vortrag, gehalten an der Verbandstagung vom 12. Oktober 1941).

Das Referat hat den Zweck, Wert oder Nachteil der Massage bei der Behandlung von Rückenschmerzen darzustellen, wobei zur bessern Anschaulichkeit eine Uebersicht über die häufigsten Krankheiten und Unfallfolgen gegeben wird. Neben der Massage an den Gliedern bietet ja der Rücken wohl am meisten therapeutische Möglichkeiten für Massage. Daß sie jedoch unter Umständen nicht nur nützen, sondern im Gegenteil schaden kann, soll im Folgenden gezeigt werden.

Für das Verständnis sind einige anatomische Daten wichtig, die kurz repetiert werden sollen:

Der Rücken baut sich auf aus dem knöchernen Stützgerüst: dem Beckenring, der Wirbelsäule und den Rippen, die an ersterer beweglich befestigt sind. Das Schulterblatt ist an der Bildung des Rückens mitbeteiligt, ohne jedoch zum knöchernen Stützgerüst zu gehören. Es ist ja nur durch Muskeln mit dem Rumpf verbunden, seine einzige Verbindung mit dem übrigen Skelett findet es in einem Gelenk mit dem Brustbein. Zwischen diesen knöchernen Stützen sind die Muskeln ausgespannt, die teils mehr Halte-, teils mehr Bewegungsfunktion haben. Die Wirbelsäule setzt sich zusammen aus den einzelnen Wirbeln. Der Wirbel baut sich auf aus dem vorne liegenden Wirbelkörper und dem hinten liegenden Bogen, der das Rückenmark umschließt. Je 2 Wirbel sind miteinander durch die kleinen Zwischenwirbelgelenke beweglich verbunden. In den zwischen 2 Bogen ausgesparten Wirbellöchern verläßt je ein Rückenmarksnerv das Rückenmark und den Wirbelkanal. Auf die Möglichkeiten der Beeinträchtigung des Nerven an dieser Stelle soll im Zusammenhang mit gewissen Erkrankungen nachher noch eingegangen werden.

Bei Wirbelbrüchen, die im Bogen- oder Körperteil auftreten können, besteht vor allem die Gefahr der Beeinträchtigung des Rückenmarks: Es kann dabei zu Lähmungen kommen. Früher bestanden bei solchen Patienten, die monatelang im Gipsbett behandelt wurden, wobei es zur Erschlaffung besonders der Rückenmuskeln kam, sehr große Möglichkeiten für die Massage. Diese Erschlaffung der Muskeln mußte durch Massage behandelt werden. Bei der modernen Behandlung, die im Eingipsen des Patienten in ein Gipsmieder besteht, in dem der Patient fast vom ersten Tag an umhergehen kann, sorgt der Patient durch seine ständige Bewegung selbst dafür, daß es nicht zu dieser Muskeler Schlaffung kommt. Aehnliche Verhältnisse bieten sich bei der Verrenkung in den kleinen Wirbelgelenken, die Gefahr der Rückenmarkverletzung ist jedoch eher noch größer.

Ein besonders eindruckvolles Beispiel dafür, daß Massage direkt gefährlich sein kann, bieten die tuberkulöse und krebssige Veränderung der Wirbelsäule. Die befallenen Wirbel sind in ihrer Festigkeit vermindert. Es kann sehr leicht zu einem Zusammenbrechen eines solchen Wirbels kommen, wenn durch unzuweckmäßige Manipulationen die Belastung zu groß wird. Die Auffindung solcher Herde, die eben auch Rückenschmerzen wie harmlosere Prozesse machen können, ist auch für den geübten Arzt auf dem Röntgenbild, besonders in den Anfangsstadien, schwierig. Eine Möglichkeit für die Anwendung der Massage bietet sich erst, wenn der Herd bei der tuberkulösen Erkrankung wieder ausgeheilt ist, und es sich darum handelt, die Muskulatur wieder zu kräftigen.

Rheumatische Erkrankungen: Die in diese Gruppe gehörenden Rückenschmerzen sind praktisch die wichtigsten, weil sie die häufigsten sind. Sie bieten auch am meisten Gelegenheit zur therapeutischen Anwendung der Massage. Gemeinhin wird der rheumatische Rückenschmerz in 1. Linie als Muskelschmerz angesehen. Man denkt bei diesem Namen an die plötzlich auftretenden Schmerzen, die man als Hexenschuß bezeichnet. Jedoch stehen auch hier im Vordergrund die Erkrankungen der Wirbelsäule, der Wirbelgelenke und der Muskelansätze an den Knochen. Reine Muskelerkrankungen sind bei

der großen Zahl der Rückenschmerzen relativ selten. Es scheint dies vielleicht im Widerspruch zu stehen mit den Erfahrungen, daß solche Schmerzen event. sehr gut durch Massage allein beeinflußt werden können. Die knöchernen Anteile des Rückens bilden jedoch mit den muskulären zusammen eine Einheit, die nicht getrennt werden kann. So kommt es, daß die primäre Erkrankung des knöchernen Anteils sekundär auch den muskulären in Mitleidenschaft zieht, was sehr häufig die primäre Erkrankung ihrerseits wieder verschlimmert. Gelingt es nun durch Massage den Reizzustand in der Muskulatur zu bessern, so erreicht man sehr häufig eine Besserung des schmerzhaften Zustandes überhaupt, da damit der funktionelle Kreis an irgend einer Stelle durchbrochen wird.

Die Bechterew'sche Krankheit, deren Substrat eigentlich ein chronischer Gelenkrheumatismus in den kleinen Wirbelgelenken ist, bietet natürlich nur bedingte Möglichkeiten für die Massage, da es damit nie gelingen wird, den eigentlichen Prozess zu beeinflussen. Ähnlich steht es mit der als Altersrücken bezeichneten Veränderung an den Wirbeln, die zur Bildung von Randwülsten führt. Auch hier gelingt es nicht, am Orte der Erkrankung selbst mit der Massage anzugreifen. Die Tendenz der Muskulatur, diese erkrankten und schmerzhaften Wirbelsäulenabschnitte ruhig zu stellen, führt zu schmerzhaften Zuständen in der Muskulatur selbst, die durch Massage günstig beeinflußt werden können. Diese Veränderungen an den Wirbeln können in den verschiedensten Regionen ihren Sitz haben: An der Halswirbelsäule führen sie sehr häufig zu Schmerzen in den Armen. Es kommt hier also zu einer Beeinträchtigung der Nerven, wie sie von den Chiropraktoren angenommen werden. Es wäre nun naheliegend, einen Druck der Knochenwülste auf die Nerven anzunehmen. Dem widerspricht jedoch folgende Beobachtung: Es gelingt vor allem durch Wärmeanwendungen und die Verwendung der Glisson'schen Schlinge, solche Schmerzzustände zu bessern. Wenn man nun in diesem Moment ein Röntgenbild anfertigt, so sieht man, daß die Knochenwülste sich nicht ein bißchen verkleinert haben. Es kann also niemals durch den mechanischen Druck, wie er von den Chiropraktoren als Grund zu Erkrankungen angenommen wird, zur Schmerzhaftigkeit in den zugehörigen Nervengebieten gekommen sein. Durch die Behandlung kann einzig die hier lokalisierte Entzündung beeinflußt worden sein.

Bei der Lokalisation in der Lendenwirbelgegend verspürt der Patient häufig Kreuzschmerzen. Hier ist die Beeinflussung des Muskelapparates ein sehr starker im allgemeinen, deshalb bedeutet hier die Massage eine wichtige Hilfsmethode, zusammen mit den verschiedensten Wärmeanwendungen. Auch die Extension mit Gewichten ist oft imstande, solche Schmerzzustände wesentlich zu bessern.

Die plötzlich auftretenden, als Hexenschuß bezeichneten Rückenschmerzen sind immer mit einer sehr starken Spannung der Muskulatur verbunden. Diese Zusammenziehung der Muskeln ist auch ein Schutzmechanismus: Sie soll ebenfalls durch krankhafte Zustände bedingte Schmerzen durch Ruhigstellung ausschalten. Sekundär kommt es dabei jedoch in der oft bretthart gespannten Muskulatur zu neuen Schmerzzuständen. Eine Massage ist hier im akuten Stadium durch die enorme Schmerzhaftigkeit fast gar nicht möglich, später jedoch eine sehr wertvolle Hilfe.

Grundursache zu solchen schmerzhaften Muskelzusammenziehungen können unter anderem lokale Entzündungen an den Muskelansätzen am Knochen und Kapselinklemmungen an den Intervertebralgelenken sein. Die ersteren treten vor allem an den Stellen starker mechanischer Beanspruchung auf. Die Behandlung besteht vor allem in Ruhe, deshalb ist es auch streng zu vermeiden, solche Stellen durch Massage zu reizen. Falls man bei der Massage an irgend einer Stelle druckschmerzhaftige Gegenden an einem Knochen findet, muß jegliche Massage hier unterlassen werden. Bei der Kapselinklemmung der Zwischenwirbelgelenke, die durch Zug und passive Bewegung oft rückgängig gemacht werden kann, die nach meiner Erfahrung aber selten ist, kann

natürlich durch Massage wenig ausgerichtet werden, solange der ursprüngliche Zustand noch besteht.

Beim eigentlichen Muskelrheumatismus tastet man oft umschriebene druckschmerzhafte Muskelknötchen. Hier gilt die Warnung, solche druckschmerzhafte Gegenden nicht zu massieren, nicht. Durch energische Massage gelingt es hier oft, diese Knötchen zum Verschwinden zu bringen. Hier ist es möglich, mit der Massage allein Rückenschmerzen sehr gut zu beeinflussen, weil man direkt am Orte der Erkrankung angreifen kann.

Abschließend ist festzustellen, daß die Massage bei der Behandlung von Schmerzzuständen am Rücken recht viel leisten kann, wenn sie von einem erfahrenen Arzt mit Kritik verordnet, und von einer guten Masseuse oder einem guten Masseur ausgeführt wird. Sie ist selbstverständlich wie jede andere Behandlungsmethode nicht im Stande, alles zu heilen, denn nur Scharlatane benötigen nur eine einzige Behandlungsart.

## **Die Bedeutung der Massage für die Leistungsfähigkeit unserer Muskeln**

Von Prof. Kurt Wachholder (Rostock)

(Schluß)

Diese Gefahr ist allgemein bekannt als das gefürchtete Spröde- und Brüchigwerden der Muskeln, besonders bei Schnelleistungen, welches eigentlich fast jeden Rekordler, und mag er noch so ruhmgekrönt sein, nach kurzer Zeit in der Versenkung hat verschwinden lassen. So traurig aber diese Verkoppelung von vereinzelter Rekordleistung und schneller Abnutzung auch sein mag, so bedeutet sie doch nichts gegenüber der viel ernsteren Tatsache, daß auch das große, große Heer unserer Schwerarbeiter unter den Folgen des Zuhartwerdens seiner Muskeln als Berufsschaden zu leiden hat. Das zeigt sich nun zwar nicht in Muskelrissen wie bei den Rekordsportlern, sondern in einer Abnahme des Nutzeffektes ihrer Muskulatur, das heißt in einem Nachlassen ihrer Kraft, und dies teilweise bereits vom Ende des 3. Lebensjahrzehntes ab.

Die Aufgabe, dieses so bedauerliche frühzeitige Nachlassen der Leistungsfähigkeit der Schwerarbeiter, ihren sogenannten Leistungsknick infolge Abnutzung, zu beheben oder wenigstens einige Jahre hinauszuschieben, ist vielleicht das bedeutungsvollste arbeitsphysiologische Problem, welches wir zur Zeit überhaupt zu bewältigen haben. Bedenken Sie nur, wie viele andere soziale Fragen sich von selbst lösen würden, wenn es gelänge, den Familienoberhäuptern ihre volle Arbeits- und damit Verdienstmöglichkeit fünf oder gar zehn Jahre länger zu erhalten. Ich weiß sehr wohl, daß dies nicht nur eine Frage der Erhaltung der Leistungsfähigkeit der Muskeln ist, sondern zum großen Teile oder vielleicht sogar in erster Linie eine Frage der Leistung des Nervensystems und des Herzens. Aber was diese beiden letzteren angeht, so ist es sehr schwer, da direkt bessernd einzugreifen. Ja, bei unserem derzeitigen Wissen bietet sich uns, soweit ich sehe, überhaupt nur die Möglichkeit eines indirekten Eingreifens über die Skelettmuskulatur. Dieses können wir, weil die Anstrengungen, welche man dem Nervensystem und dem Herzen zumutet, sich automatisch mitvermindern, sowie man die Intensität der Anspannung der Muskulatur und damit die Intensität der diese Anspannung auslösenden Erregung herabdrückt. Das kann man aber, ohne an äußerer Arbeitsleistung und damit an Lohn und Verdienst etwas einzubüßen, nur dadurch erreichen, daß man den Nutzeffekt verbessert, mit welchem die Muskulatur arbeitet.

Gewiß kann in dieser Hinsicht sehr viel durch eine gute äußere Organisation des Arbeitsganges erreicht werden. Aber was auf diesem Wege getan werden kann, dürfte in den modernen, auf rationelles Arbeiten eingestellten Fabriken zum größten Teile bereits wohl schon getan worden sein. Das Problem des Leistungsknickes ist aber noch geblieben. Eine Lösung dieses Problems können wir also wohl nur erwarten, wenn wir außerdem noch direkt