

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: - (1942)

Heft: 1

Artikel: Lockerungs- bzw. Entspannungsmanipulationen : nach Tasker U.S.A und Kohlrausch/Leube

Autor: Leibacher, Otto

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-930995>

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>

Sodann wird beschlossen, daß an die Redaktorin und an die Ehrenmitglieder für den Besuch der Delegiertenversammlungen die gleichen Unkostenbeiträge wie an die Mitglieder des Zentralvorstandes (Billett und Mittagessen) aus der Zentralkasse ausgerichtet werden sollen. Wenn von Sektionen der Besuch eines Mitgliedes des Zentralvorstandes an ihre Versammlungen gewünscht wird, so sind denselben die Reisespesen von den Sektionen zu vergüten. In besonderen Fällen, wie z. B. Unvermögen der Sektionskasse, werden die Kosten durch die Zentralkasse übernommen.

Der Name **Gottfried Weser-Fonds** wird auf Antrag von Kollege Aerni in **Gottfried Weser-Unterstützungsfonds** abgeändert.

Infolge eingetretener Unzukömmlichkeiten sollen keine Pressevertreter mehr zu Verbandstagungen eingeladen werden. Allfällige Berichte an die Tagespresse werden inskünftig wieder vom Zentralvorstand bzw. unserer Redaktion ausgehen.

Kollege Kaspar, Genf, referiert noch über Anstände mit der SUVA wegen Verweigerung der Bezahlung der Reisezeit bei auswärtigen Behandlungen von Suvapatienten gemäß § 2, Alinea 2, des Suvatarifs. Es wird Festhalten am Tarif beschlossen.

Die Kosten für Kränze verstorbener Mitglieder fallen zu Lasten der Sektionskassen, ausgenommen solche für Ehrenmitglieder.

Eine redaktionelle Mitarbeit an der „Heilkunde“, Zeitschrift für Gesundheitspflege, zu welcher unser Verband vom Verlag eingeladen wurde, wird aus prinzipiellen Gründen mehrheitlich abgelehnt.

Um 5.15 Uhr sind die Traktanden erledigt, was Kollege Boßhard zur erfreulichen Feststellung veranlaßt, daß wir mit denselben gegenüber der letzten Delegiertenversammlung genau eine Viertelstunde früher fertig geworden seien, wobei er offenbar vergaß, daß die diesjährige Versammlung punkt 9 Uhr, ohne das übliche akademische Viertel — oder richtiger **Drei viertel** —, seinen Anfang nahm.

Lockerungs- bzw. Entspannungsmanipulationen

nach Tasker U. S. A. und Kohlrausch/Leube

von Otto Leibacher, Zentralpräsident, Zürich

Vorwort der Redaktion: An der Herbstversammlung der Sektion Nordwestschweiz vom 28. September 1941 in Basel hat Zentralpräsident Otto Leibacher ein lehrreiches Referat mit praktischen Demonstrationen über obiges Thema gehalten. Wir möchten nicht verfehlen, die interessanten Ausführungen des Referenten einem weiteren Kreis unserer Mitglieder bekannt zu geben. Bei dieser Gelegenheit weisen wir neuerdings auf das „Lehrbuch der Krankengymnastik bei inneren Erkrankungen“ von Kohlrausch/Leube hin, in welchem die Entspannungs- und Lockerungsübungen der Letzteren ausführlich beschrieben sind. Das Buch kann vom Zentralsekretariat in Thalwil bezogen werden.

In der Therapie stoßen wir immer wieder auf 2 große Erscheinungsformen, nämlich auf diejenige der Hypertonie oder Ueberspannung einerseits und der Atonie oder Erschlaffung anderseits. Wir wollen uns heute mit der Behandlung der Hypertonie und den diesbezüglichen Methoden beschäftigen.

Als erfahrene Praktiker erkennen wir die von der Norm bis in's Pathologische führenden tonischen Steigerungen der Muskulatur, den gespannten und unregelmäßigen Rythmus des Herzens und der Atmung, den gespannten Gesichtsausdruck, die verschiedenen angiotischen und muskulären Verkrampfungen und ihre Auswirkung auf das Gemütsleben.

Ein Zustand, der ganz besonders in unser Behandlungsgebiet gehört, ist der rheumatische Hypertonus, welcher sich auf den ganzen Muskel oder auf einzelne Teile desselben erstreckt und im Unterhaut- und Muskelgewebe Veränderungen aufweist, über deren Charakter immer noch widersprechende Angaben vorhanden sind. Wahrscheinlich spielt der Kolloidstoffwechsel dabei eine nicht unbedeutende Rolle.

Ferner zeichnen sich gewisse Nervenerkrankungen und auch der sportliche Muskelkater durch Hypertonus aus. Die visceromotorischen Reflexe nach Sherington gehören hingegen in erster Linie in die Organbehandlung.

Uns fällt nun die Aufgabe zu, neben der palpatorisch-therapeutischen Massage noch spezielle Manipulationen anzuwenden, die besonders geeignet sind, eine Entspannung bzw. Lockerung des Gewebes herbeizuführen, die Massage darin zu unterstützen und zu ergänzen. Es sind dies Druck, Zug bzw. Dehnung und rhythmische Schüttelung, die ich Ihnen nachher demonstrieren werde.

Druck und Zug bzw. passive Dehnungen sind Mittel, deren sich die Osteopathen Amerikas vorzugsweise bedienen, und Tasker in Los Angeles hat eine anatomisch-physiologisch gut durchdachte Technik aufgebaut.

Vom Druck ist zu sagen, daß derselbe einige Minuten konstant angewandt, übermäßige Gewebefunktion und abnorme Schmerzempfindung örtlich oder reflektorisch hemmt, herabsetzt und Verkrampfungen löst. Er muß individuell abgestuft und gefühlsmäßig vorgenommen werden, um keinen Schaden zu stiften, insbesondere über Kopf- und Herzgegend. Ich habe an mir selbst bei Beklemmung und krampfartigem Stechen in der Herzgegend, sowie bei schmerzhafter Spannung in der Lumbalzone die besten Erfahrungen gemacht.

Den Druck appliziert man verschieden, so doppelhändig mit übereinander gelegten oder gegenüber gestellten Handflächen, mit Kamm- oder Daumen-Fingergriff, je nach Beschaffenheit, Form und Ort der Unterlage. Die angewandte Stärke hat sich der Empfindlichkeit und dem Charakter der Druckstelle anzupassen und soll der Druck mit einem Minimum begonnen und bis zum erlaubten oder eben noch erträglichen Maximum gesteigert werden. Dauer 2 bis 5 Min., bei Wiederholungen auch kürzer pro Mal.

Druck bewirkt eine spontane lokale Blutleere, der eine vermehrte Durchblutung des getroffenen Gewebes folgt. Druck wird besonders mit Erfolg appliziert in Fällen von Kopfdruck, Kopfschmerzen (Migräne), Gefäßkrämpfen, nervösen Herzattacken, Magen- und Unterleibskrämpfen.

Die passive Dehnung bezweckt den größtmöglichen Abstand der Ursprungs- und Insertionspunkte der Muskeln, wobei Zugrichtung, Hebelwirkung und Bewegungswinkel unter Ausschaltung der Antagonisten für die Wirkung entscheidend sind. Sie gelingt technisch am vollkommensten, den weniger beweglichen Stützpunkt z. B. am Rumpfe, mit der einen Hand zu fixieren und den am Hebelarm sitzenden beweglicheren Punkt mit der andern Hand möglichst passiv abzuführen, unter Beachtung der normalen wie krankhaften Bewegungsmöglichkeit.

Die Wirkung besteht hauptsächlich in der Lockerung versteifter oder hypertonisierter Muskeln und in der Mobilisation der Gelenke, Steigerung der Muskelleistung und Elastizität, Förderung der Blut- und Lymphzirkulation und in Nervenberuhigung bzw. Herabsetzung der Schmerzempfindlichkeit.

Die Methode Tasker zeigt Ihnen eine ganze Anzahl von Dehnungsbewegungen die vom Rumpfe bzw. von der Wirbelsäule ihren Ausgang nehmen und anatomisch wohl überlegt sind. Die Wirbelsäule ist nun einmal das Steckenpferd der Amerikaner, aber ohne auf ihre Theorie näher einzutreten, wozu uns die Zeit mangelt, muß gesagt werden, daß Hypertonismen die Lage der Wirbel und verlagerte Wirbel den Muskeltonus verändern. Daß diese gegenseitigen nachteiligen Einwirkungen sich nicht nur auf die nächsten Dreh-, Beuge- und Streckmuskeln der Wirbel und die sie passierenden Nervenleitungen, sondern auch über die großen Rückengebiete bis zu den Extremitäten erstrecken, muß stets in therapeutische Berücksichtigung gezogen werden.

Eine weitere Bereicherung erfährt die Lockerungstherapie durch die Schüttelungen nach Kohlrausch/Leube, die ich anlässlich des Internationalen Kongresses in Stuttgart 1939 im Film und durch die Zeitlupe mit ansehen konnte, und über die von den genannten Autoren persönlich referiert worden

war. Ich habe mit dieser Methode, ebenso wie mit den vorangehenden, sehr gute Erfahrungen gemacht.

Nach Kohlrausch/Leube kann sich ein Muskel dem Rhythmus richtig ausgeführter Schüttelungen nicht entziehen, er entspannt sich.

Während für die spindelförmigen Gliedmassen-Muskeln mit einheitlichem Ursprung und Ansatz eigentliche schwingende Bewegungen die Spannung lösen, sind es für flächige und gefiederte Muskeln kurze, rhythmische Entfernungen und Wiederannäherungen der Muskelansätze; ja, der Schwingungsrhythmus der bewegten Extremitäten pflanzt sich bei entsprechender Stellung auf die benachbarten flächigen Muskeln fort, was Sie nachher an den Übungen erkennen können.

Kleine zwischengelagerte hypertonische Streifen werden durch feine Vibrationen zu entspannen versucht. Die Schüttelungen sind in Zeit, Rhythmus und Intensität individuell verschieden.

Genannte Autoren halten die erhöhten Spannungen für häufiger als die verringerten und führen dieselben außer Veränderungen im Muskelgewebe selbst, auf reflektorische Zusammenhänge mit entzündlichen Erkrankungen und vegetativen Störungen zurück.

Die spezielle Wirkung der methodischen Schüttelungen besteht kurzgefaßt in: Kapillarisierung des Gewebes, venöser und lymphatische Entstauung desselben, Herabsetzung der Muskel- und Gefäßhypertonie, lokaler und allgemeiner nervöser Entspannung.

Zufolgedessen können wir die Schüttelungen u. a. in folgenden Fällen anwenden: Muskelhärtungen, Muskelspasmen, arterieller Ueberdruck, venöse Stauungen, einschl. Pfortadergebiet und Leber, Bronchialstörungen, spastische Obstipation, Neuralgien, Neurosen u. s. w.

Sie bilden überhaupt die geeignete Applikation für den Sympathikotoniker, der im Gegensatz zum Vagotoniker an Ueberspannung leidet.

In gewissen Fällen, besonders bei Myogelosen und Stauungen ist es vorteilhaft oder gar notwendig, mit Massage einzuleiten, in Fällen wo die Ueberspannung abgeflaut ist, die Behandlung damit zu beenden, oder osteopathische Dehnungen anzuschließen. Bei der großen Verschiedenheit der körperlichen Veranlagung wird die eine oder andere der beiden Entspannungsarten mehr ansprechen.

Die Methode Kohlrausch/Leube sucht Spannungen auch durch Widerstandsübungen zu lösen nach der Formel: Kraft des Widerstandes = Kraft der Spannungsbremse = Entspannung; ferner durch aktive Schwungübungen, die kräftig begonnen, durch allmähliches Abpendeln zur Entspannung führen.

Vakuumtherapie

einschl. blutentziehendes Schröpfen

von Otto Leibacher, Zentralpräsident, Zürich

(Vortrag, gehalten an der XV. Verbandstagung am 12. Oktober 1941 in Zürich)

Unter Vakuumtherapie versteht man das Schröpfen, hauptsächlich die trockene Methode, weil das Vakuum oder der luftleere Raum das Mittel darstellt, das Blut nach einer beliebigen Stelle zu dirigieren oder dem Körper zu entziehen. Der eigentliche Heilfaktor aber ist das Blut selbst.

Gilt die traditionelle Ventouse der Welschschweizer mehr den blutableitenden Eigenschaften im Falle von Bronchialkatarrh, Bronchitis, Brustfell- und Lungenentzündung, das Schröpfen Bier's mehr der passiven künstlichen Hyperaemie (Blutstauung) mit ihrer bakteriziden, resorbierenden, auflösenden und ernährenden Wirkung, so basieren die modernen Anschauungen hauptsächlich auf der Fermentwirkung des aus den Kapillaren diffus in das Gewebe getretenen Blutes.