

**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:** 2

**Rubrik:** Briefkasten

### **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>**

genannter Leiden, die in der Massage von den Headschen Zonen entsprechenden Spannungsveränderungen in Haut, Unterhaut und interstitiellem Gewebe besteht, wobei, durch Wiederherstellung des normalen Spannungsgrades des Gewebes, das Leiden, das im Sinne der Headschen Lehre zu dieser Zone Anlaß gegeben hat, verschwindet. Das Buch bietet eine Fülle neuer Erkenntnisse und wir möchten dasselbe deshalb unseren Mitgliedern zur Anschaffung empfehlen. Der Text ist mit 18 Abbildungen und 9 farbigen Tafeln versehen, die die praktische Anwendung der neuen Technik und die bei den verschiedenen Leiden in Betracht kommenden Zonen gut veranschaulicht. Der Preis des Buches ist Fr. 6.30 und kann bei jeder Buchhandlung bezogen bzw. bestellt werden.

### **Briefkasten**

**Frage:** Wie ist vorzugehen, daß nach geheilten Ellenbogenverletzungen das Ellenbogengelenk in möglichst kurzer Zeit und mit möglichst geringen Schmerzen wieder bewegt, namentlich wieder gestreckt werden kann? Besonders bei Kindern stößt die heilgymnastische Nachbehandlung solcher Unfälle vielfach wegen der damit verbundenen großen Schmerzen auf oft fast unüberwindlichen Widerstand.

**Antwort:** Bevor wir mit der Streckung eines verletzt gewesenen, in Beugestellung sich befindlichen Ellenbogengelenkes beginnen, massieren wir die Innenseite des Gelenkes mittelst sorgfältig ausgeführten Friktionen und Knetungen mit anschließenden sorgfältigen vibrierenden Dehnungen des Gelenkes. Durch den Unfall hat die Gelenkkapsel auf der Innenseite in der Regel infolge Einreißen eine mehr oder weniger große Schrumpfung erfahren, die nur allmählich, jedoch oft in erstaunlich kurzer Zeit, mit dieser Art der Vorbehandlung beseitigt werden kann. Nicht nur ist die Kapsel eingeschrumpft, sondern auch die Haut ist an dieser Stelle zu kurz geworden. Wir sehen dies daran, daß sich nach den ersten Sitzungen an der betreffenden Stelle in der Haut rötliche Querstreifen bilden, die infolge einer Dehnung der Letzteren entstehen. Mit der fortschreitenden Behebung der Gelenkkapsel- und Hautschrumpfung wird es möglich sein, das Gelenk allmählich mehr und mehr und sozusagen ohne Schmerzen passiv zu strecken. Vor gewaltsamen Streckungen des Armes kann nicht genug gewarnt werden, da diese im Ellenbogengelenk sehr große Schmerzen verursachen und daher zu Abwehrmaßnahmen des Patienten führen. Gerade bei Kindern kommt es darauf an, daß wir ihnen mit unserer Behandlung keine oder doch nur geringe Schmerzen verursachen. Gelingt uns dies bei der ersten Sitzung, so ist damit so viel wie alles gewonnen: das Kind faßt zu uns meistens ein unbegrenztes Vertrauen und gibt seinen passiven Widerstand auf, ja es kommt gerne zur Behandlung und freut sich an den Fortschritten, die es macht. Selbstverständlich werden wir auch den ganzen Arm einer intensiven Massage- und heilgymnastischen Behandlung unterziehen, wobei besonders auf eine Entspannung des Biceps zu achten ist, was durch ausgiebige Friktionen und Knetungen dieses Muskels und anschließende Schüttelungen des Armes erreicht wird. Anschließend lassen wir aktive Bewegungen ausführen. In der Zwischenzeit ist der Arm durch Tragenlassen von Gewichten (Gewichtssteine, Markttasche, gefüllt mit Steinen oder dgl., Kessel mit Wasser) passiv zu strecken, wobei das Gewicht mit fortschreitender Streckung des Ellenbogengelenkes, und damit des Armes, zu erhöhen ist. Je nach Fall werden wir mit 10—20 Behandlungen zum Ziele kommen, das darin besteht, daß der Arm wieder vollständig gestreckt und gebeugt werden kann.

### **Sektions-Nachrichten**

Durch die Erweiterung der Verbands-Nachrichten auf 12 Seiten und die regelmäßige Herausgabe derselben auf Ende des Quartals, möchten wir diese Rubrik, die wir seiner Zeit wegen Platzmangel eingehen lassen mußten, wieder neu erstehen lassen. Wir denken uns die Sache so, daß die Aktuarien der