

**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:** - (1959)

**Heft:** 166

**Artikel:** Zur medizinischen Rehabilitation Zivilisationsgeschädigter

**Autor:** Zeller, Andreas

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-930932>

### **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:** 11.01.2026

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

der Sporthochschule und in seinem Kreise anwandte, ist von der Bedeutung dieser Therapie überzeugt, obwohl er die letzten 12 Jahre über den Fortschritt in meiner Tochter und meiner Forschungsarbeit gar nicht mehr im Bilde war, weil uns Raum und Zeitgeschehen trennten. Mein Lehrmeister und Initiator zu diesen weiteren Forschungen aber war Dr. med. Philipp Sylvan, ein schwedischer Arzt, mit dem ich in Berlin eng zusammenarbeitete und der mich auf seinem Totenbett bat, seine Arbeit weiter zu erforschen und seine Arbeit weiterzutragen. So baute ich sie in den Lehrplan meiner Schule mit ein und hatte auch während des Krieges leider viel Gelegenheit, in den Lazaretten diese manuelle Vibration mit sehr grossem Erfolg durchführen zu können. So möchte ich heute aber mit einem Worte meines Vaters schliessen: Dies Ziel auf breiter Grundlage zu erreichen, das Krüppeltum auf wenige unvermeidliche Fälle zu beschränken und damit gleichzeitig der verbreiteten Volksseuche, der Tuberkulose, Abbruch zu tun, ist in Zukunft meine Arbeit für die Gesundung Deutschlands, die freilich nur dann Erfolg haben kann, wenn viele Hände helfen. Das Kind in der Masse muss erfasst werden: darin liegt die

Schwierigkeit. Aber es gibt genug Möglichkeiten, den Gedanken zur Tat werden zu lassen: Turn- und Sportvereine, Krippen, Säuglingsheime, vor allem die Krankenkassen sind berufen, durch Mitarbeit dem Volke die Gelegenheit zu geben, seine Kinder rechtzeitig vor dem Krüppeltum zu schützen. Es wachsen immer noch eine grosse Zahl an Krüppeln. Die Zahl der Schwächlinge, die infolge ihrer Körperschwäche untauglich werden oder zugrunde gehen, ist aber noch bedeutend höher. Wer hier helfen kann und es nicht tut, versündigt sich an seinem Volke.»

Diese Worte schrieb er im Jahre 1920. — Viel Zeitgeschehen ist darüber hinfortgerollt. Bis heute noch steht die Frage der Erfassung im Grossen offen. Aber Neumann-Neurodes Lebensarbeit lebt, seine Gedanken werden weiter getragen und seine 1920 gegründete Schule, die Herr Geheimrat August Bier selber mit eröffnete, lebt und steht wieder, und wir brauchen Kräfte über Kräfte, die diese segensreiche Arbeit fachlich so gut und sicher erlernen, dass überall damit Segen gestiftet werden kann.

Neumann-Neurode sen. ist tot, aber seine Lebensarbeit war nicht umsonst.

## **Zur medizinischen Rehabilitation Zivilisationsgeschädigter**

Zur medizinischen Rehabilitation Zivilisationsgeschädigter

Am 1. Mai 1959 hat die Klimastation für medizinische Rehabilitation in Gais/Appenzell ihren Betrieb aufgenommen. Mit Besorgtheit beobachten wir ja schon seit Jahren, die Zunahme gewisser Zivilisationskrankheiten, insbesondere des Kreislaufes und des vegetativen Nervensystems (Kreislaufstörungen, funktionelle Herzbeschwerden, Muskelträgheit, vegetative Dystonien und neurotische Krankheitsanlagen).

Im Auslande sind schon seit mehreren Jahren Spezialinstitute geschaffen worden zur rechtzeitigen präventiven Behandlung der vegetativen Dystonie (also Strömungen

im Zusammenspiel des vegetativen Nervensystems).

Vegetative Schädigungen gelten als eine Folge der Belastung des Menschen durch die moderne Technik und Zivilisation. Und dies nicht nur beim Erwachsenen, sondern schon im jugendlichen Alter.

Die «Thurgauer Arbeiter-Zeitung Arbon», schreibt in einem Artikel vom 17. April 1959: «Ueberstunden für Jugendliche dürfte es nicht geben». «Eine erschütternde Feststellung Eine Krankenkasse forderte kürzlich Lehrlinge auf, sich kostenlos untersuchen zu lassen. Zur Reihenuntersuchung, zu der auch eine Röntgenaufnahme gehörte, meldeten sich 36 000 Jugendliche. Als die Leitung der Kasse sich mit den Aerzten referierend traf,

stellte man mit nicht geringem Erschrecken fest, dass von den drei jungen Menschen jeweils einer eher heute als morgen einen Kuraufenthalt benötigt. Was fehlt den Buben und Mädchen, sagte der medizinische Chef der Aktion? Wenn sie dreissig Jahre älter wären, würde man von Managerkrankheit sprechen...»

Ueberbeanspruchung im schulpflichtigen Alter wie in den Lehrjahren, sei es um das Klassenziel zu erreichen, sei es um ein so viel begehrtes Geldstück mehr in der Lohntüte!

«Wenn es sich um Randerscheinungen handeln würde, so schreibt die Zeitung weiter, bestünde kaum Anlass zu diesen Zeilen. Leider ist dem nicht so, im Gegenteil, es gibt Fälle, in denen Jugendliche bis 21 Uhr und länger arbeiten, um anschliessend höchst unzulängliche Hausaufgaben für die Berufsschule zu machen. Der Rest ist leider Schweigen — und bei den Erwachsenen ist die Rede von Managerkrankheit...»

Sollen nun diese Patienten zweckmässig behandelt und medizinisch rehabilitiert werden, dann kann hierfür wie bereits erwähnt, nur eine spezifische Behandlung in Frage kommen. Die Spezifität der Behandlung solcher Zustandsveränderungen muss nach der Auffassung von bahnbrechenden Wissenschaftlern auf diesem Gebiet in einer stärkeren Betonung der Aktivität der Patienten im Behandlungsvorgang liegen.

Es haben sich hierfür Verfahren der Uebungsbehandlung im Sinne der Heilgymnastik und der Terrainkuren besonders gut bewährt.

Um den therapeutischen Forderungen gerecht zu werden, wird mit den Patienten innerhalb der Kur ein individuelles Übungsprogramm durchgeführt, das durch psychotherapeutische Beeinflussung und Massnahmen der physikalischen Therapie erweitert ist.

Welche Patienten gehen nach Gais und wie wird dort behandelt?

Für die Durchführung einer Terrainkur in Gais ist das Gesamtgebiet der vegetativen Störungen und Schädigungen geeignet, so in erster Linie vegetative Störungen des Herzens und des Kriefflaufes,

schwere Formen von Blutunterdruck und nicht organisch bedingtem Blutüberdruck, funktionelle Durchblutungsstörungen des Herzmuskels und der peripheren Gefässe, äusserlich vasomotorisch bedingte Durchblutungsstörungen des Gehirns, vegetativ bedingte Erkrankungen der Atmungsorgane, Frühfälle von Asthma und Asthma-bronchitis für die besonders die Winterkuren geeignet sind, weiter: nicht entzündliche Schädigungen des Herzmuskels, Reizleistungs- und Rhythmusstörungen und deren Kombinationen, leichtere Formen von Silikose ohne Begleittuberkulose, Ueberlastungsschäden des Muskelsystems, des Skelettsystems einschliesslich Fuss-schäden, schwere körperliche Uebermüdungs- und seelische Erschöpfungszustände.

Keine Kuren bei akuten entzündlichen Erkrankungen, Infektionskrankheiten, Geisteskrankheiten, organische Nervenleiden, schweren Herzklappenfehlern und Herzmuskelschädigungen, fortgeschrittenen arteriosklerotischen Veränderungen, starken Gehbehinderungen, Beinamputationen, Altersgebrechlichkeit.

Die Kuren in Gais fordern die aktive Mitarbeit des Patienten. Zur Ueberwachung des Gesundheitszustandes werden neben einer Aufnahme- und Entlassungsuntersuchung laufend Untersuchungen in einem eigenen Ambulatorium durchgeführt.

Die Kuren erfolgen im wesentlichen in freier Natur unter ständiger ärztlicher Mitarbeit. An Kurmitteln und Kurmethoden werden vorzugsweise angewendet: Hydro-Therapeutische Massnahmen, Wasseranwendungen (Abreibungen und Güsse), Saunabäder, Haut- und Bürstenmassage, Atemgymnastik, Orthopädische Gymnastik, Belastungstraining in allen möglichen Kombinationsformen, verbunden mit regelmässigen Liegekuren.

Die Kurerfolge sind nach den bisherigen Erfahrungen nicht an bestimmte Jahreszeiten gebunden. Die Kuren werden deshalb ganzjährig mit Unterbrechung von Mitte Dezember bis anfangs Januar durchgeführt.

Kursdauer 4—6 Wochen.

Die Institution ist ein Genossenschaftswerk der schweizerischen Krankenkassen.

Anschrift: Klimastation für medizinische Rehabilitation Gais/Appenzell.

Chefarzt Herr Dr. med. G. Urfer.

Der Kampf gegen die Zivilisationskrankheiten ist dringend, die schweizerischen Krankenkassen haben in einer neuen Gemeinschaftsaufgabe dieses Problem nun in Gais in die Tat umgesetzt.

Viele Patienten werden den Wert der Physiotherapeutischen Behandlungsmethoden schätzen lernen und sie auch zu Hause im Sinne der Prophylaxe wünschen — ein interessantes Gebiet für den Praktiker!

Der Berichterstatter:

Andreas Zeller, Walenstadt.

## Fachliteratur

H. Noack / K. H. Sommer:  
**EINE KLEINE FRAUENGYMNASTIK.**  
Zur Verhütung des Kreuzschmerzes

Einschliesslich Schwangeren und Wochenbettgymnastik, von Prof. Dr. med. H. Noack / Prof. Dr. med. K. H. Sommer / O. Ehrhard / A. Feldmann / M. Kösser.

Mit 77 Abbildungen, 55 Seiten. Kart. Brosch. Fr. 6.60 Verlag H. Huber, Bern; Georg Thieme, Leipzig 1959.

Namhafte Berufsleute wie Prof. Dr. H. Noack und Prof. Dr. K. H. Sommer, unter Beihilfe von 3 bewährten Berufskollegen, haben dieses ansprechende Vademecum der Frauengymnastik geschaffen.

Vom ersten bis zum letzten Satz, klar und deutlich, für jede Frau leicht erfassend und anwendbar.

Viele Bilder illustrieren das Dargestellte. Am Schlusse der jeweilig besprochenen Abschnitte erfolgt eine Wiederholung in Stichworten der besprochenen Uebungen.

Der 1. Teil berichtet über die Ursachen des Kreuzschmerzes der Frau — in Form eines leicht verständlichen anatomischen Unterrichtes.

Der 2. Teil enthält wertvolle Angaben über die Trainierbarkeit der Bauchmuskulatur älterer Frauen.

Im praktischen Teil folgen die Uebungen zur Verhütung des Kreuzschmerzes, eine Zusammenfassung der grundlegendsten Uebungen.

Ich flechte jeweils in dieses Uebungsprogramm noch einige Umlagerungsübungen ein, besonders für die untern Extremitäten. Hochlagerung und anstellen an Wand beider Beine, verbunden mit Fuss-

Bein- und Atemübungen — mehrmaliger Lagewechsel von flach liegend zu bein-hoch liegend.

Im 2. Abschnitt des Büchleins folgen Gymnastikanregungen für werdende Mütter und zur Wochenbettgymnastik.

In meiner Praxis ist mir das Büchlein: Frauengymnastik zur Verhütung des Kreuzschmerzes dort ein wertvoller Helfer, wo Frauen aus «unerklärlichen» (und nicht gynäkologischen) Gründen über Kreuzschmerzen klagen.

Ein guter Helfer auch bei Patienten mit diversen schlechten Veranlagungen der untern Extremitäten. Für werdende Mütter, welche nur ein Minimum an täglichen Uebungen ausführen wollen.

Allen Eifrigen, welchen ein tägliches Ueben von 5—20 Minuten zur Gewohnheit geworden ist wie das Zähneputzen, all denen hat es Hilfe und Erleichterung gebracht von lästigen Alltagsbeschwerden.

Jedoch ohne Mühe — keinen Preis.

A.Z.

Prof. Dr. Heinrich Martius  
**DAS KLEINE FRAUENBUCH**

2. Auflage, Georg Thieme Verlag, Stuttgart. Preis 6.20, ab 10 Exemplaren 5.20. 70 Seiten und 50 Abbildungen.

Dieses nette Büchlein sollte jede Frau gelesen haben!

Es ist von einem Manne geschrieben, welcher als Facharzt, Forscher und Universitätslehrer in erster Reihe steht.

Die anatomischen und physiologischen Vorgänge, soziale Fragen, Mütterschulung und Geburt sind mit grosser Erfahrung und Weitblick beschrieben.