

Zeitschrift: Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen
Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la
Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino
della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti

Herausgeber: Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband

Band: - (1972)

Heft: 245

Rubrik: Verbandsmitteilungen

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: 30.04.2026

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

tienten finden sie angenehm und ziehen sie einer Wärmebehandlung vor. Gegenindikationen können z.B. die spontane Abneigung gegen Kälte, schlechte Gefässreaktionen bei Gefässkrankheiten (Bürger'sche oder Reynaud'sche Erkrankungen), oder Nieren- und Blasenschwäche sein. In Fällen von Poly-

arthritis soll die Eis-Therapie nur kurzzeitig angewendet werden, damit keine Durchkühlung eintritt.

Die Anwendung von kleinen weichen Eiskörnern erschliesst neue Möglichkeiten, den Patienten zu helfen. Der Heilungserfolg wird in wesentlich kürzerer Zeit erreicht.

Podiumsgespräch über die Haltungsgymnastik

Am 24. Juni 1972 fand in Bern ein Rundtischgespräch über die Haltungsgymnastik statt.

Die Haltung ist das Ergebnis von statischen, funktionellen, konstitutionellen und psychischen Faktoren. Mit dieser Meinung konnte sich die Mehrheit der Anwesenden einverstanden erklären. Mit dem Definitionsversuch der «guten» Haltung, mit der Zielsetzung der Haltungsgymnastik und dem zu beschreitenden Weg, um diese Ziele zu erreichen, begann eigentlich erst die Konfrontation.

Im Grunde genommen waren m.E. zwei Auffassungen vertreten, welche entgegengesetzt scheinen, sich aber bei näherer Betrachtung eigentlich ergänzen.

Erste, meist verbreitete Auffassung: auf Grund der Feststellung (meistens im Stand beurteilt) von Fehlstellungen und -formen (Abweichungen von der klinischen Normalhaltung) wird eine Uebungsauswahl getroffen, welche erstens eine korrigierende Wirkung auf die Fixation und Schwächen hat, zweitens das Bewegungsgefühl schult, um drittens dem Patienten (in der Regel ein beschwerdefreies Kind) die Möglichkeit zu geben, seine Haltung (Stehhaltung) möglichst der Normalhaltung anzupassen. Der Hohlrundrücken z.B. wird durch Beckenaufrichtung (Spannung von Gesäss- und Bauchmuskeln), Spannung der Rückenstrecker, und Adduction der Schulterblätter (Spannung von Trapezius und Rhomboiden) korrigiert. Dieser Korrektur geht eine analytische, spezifische Mobilisations- und Kräftigungsgymnastik voraus. Im Vergleich zur habituellen Normalhaltung benötigt die eben zitierte bewusst erarbeitete Normalhaltung einen grossen Energieaufwand.

Aus diesem Grund und weil diese künstliche Haltung auch durch Kontraktion von vorwiegend dynamisch arbeitenden Muskeln (Becken und Schultergürtel) möglich wird, ist sie zwangsläufig zum Zerfall verurteilt, sobald der Bewegungsapparat dynamisch beansprucht wird.

Die zweite Auffassung hat einen mehr funktionellen Charakter. Es wird vor allem auf die Vermeidung von Fehlbelastungen der Wirbelsäule gelegt, welche mit der Zeit zu erhöhtem Verschleiss und zu Schmerzen führen könnte. Die Aufrichtung des Beckens durch Anspannung der Bauch- und Gesässmuskulatur (Umkehrung der physiologischen Kurven) wird abgelehnt. Die konkave Lendenkrümmung wird im Stand und im Sitzen durch einen minimalen Energieaufwand bis auf Höhe von Th. 5—6 verlängert, aber nicht verstärkt. Im Falle des vorher als Beispiel zitierten Hohlrundrückens entspricht die Ausdehnung der Lendenkrümmung bis Mitte BWS einer relativen Abflachung der Lordose. Dabei bleiben Gesäss (Glut. max.) locker, die BWS ist bereits aufgerichtet, wodurch die Schulterblätter ohne Anspannung der Schultergürtelmuskulatur von selbst nach caudal und in Adduction rutschen. Diese Stellung kann relativ zur Ruhehaltung mit sehr wenig Anstrengung, beim Sitzen, Stehen, Gehen und sonstigen Bewegungen erhalten bleiben, sogar beim Bücken (Senkhalte). Die Ventralflexion der Wirbelsäule in der Belastung wird vermieden, die Tätigkeiten, die eine Rumpfeinigung verlangen, werden in der Senkhalte durchgeführt, wobei nicht nur der gefährdete Lumbosacralübergang stabil und geschont bleibt und somit die ganze WS in einer einwandfreien Haltung gekräftigt wird. Es handelt sich um eine funktionelle

Haltungsgymnastik, welche von jedem Menschen mit Vorteil geübt werden kann, ob jung oder alt, ob funktionell-dynamische oder morphologisch-statische Störungen vorliegen oder nicht und ohne Rücksicht auf die Art der Fehlhaltung oder Fehlform.

Diese Auffassung besticht durch ihre Einfachheit und durch ihre praktisch erwiesene Wirksamkeit. Tatsächlich zeigt die Erfahrung, dass sich die Beschwerden beim Vertebral- oder Radikulärsyndrom damit günstig beeinflussen lassen. Dies habe ich persönlich oft, unter Verwendung einer sehr ähnlichen Methode, konstatieren können. Gelegentlich habe ich totale Beschwerdefreiheit und weitgehende Rezidivfreiheit (vor allem an der lumbosacralen Junktur) erzielt ohne zusätzliche krankengymnastischen Massnahmen. In der Regel aber hat sich in meiner Praxis der Einsatz von spezifischen Haltungsübungen, kombiniert mit manueller Therapie (Massage und Mobilisation), als unerlässlich erwiesen.

Wenn einmal die Vertreter der an erster Stelle beschriebenen Auffassung ihre Meinung von den scheinbar richtigen aber ana-

tomisch-funktionellen und physikalisch unhaltbaren Vorurteilen (wie das Aufrichten der WS durch Kontraktion von Bauch-, Gesäss- und Schultergürtelmuskeln) bereinigen, so bleibt die Methode gültig. Voraussetzung dazu ist noch deren Erweiterung durch die Erkenntnisse der funktionellen Haltungsgymnastik. Je nach Notwendigkeit wird man sie durch Zusatz einer differenzierten manuellen Therapie (gezielte Massage und Mobilisationen) und unter Berücksichtigung der Atmung zu einem wirklich umfassenden Instrument gestalten können.

M.L.

Zu verkaufen Wegen Nichtgebrauch ist

Kombinationsanlage für Unterwasserstrahlmassage und Stangerbad

(System K. Schreiner. Freiburg i. Breisgau) sehr günstig abzugeben.

Anfragen an Dr. med. W. Munzinger,
Murbachstr. 35, Luzern, Tel. 041/55 18 54

Teure Gesundheit

Krankheitskosten, Löhne und Konsumentenpreise 1960-1970 pro Versicherten 430 Franken

fr. Die Kosten des Krankseins wachsen etwa doppelt so rasch wie die allgemeine Einkommensentwicklung. In den letzten 10 Jahren stiegen die Krankenpflegekosten jährlich um 14 %, die Löhne aber nur um 7 %. 1969 brauchte durchschnittlich jeder Versicherte 220 Franken, um seine Krankheit behandeln zu lassen. 1974 dürften es 430 Franken sein! Dieser Trend wird künftig wegen der fortschreitenden Ueberalterung und der Zivi-

lisationskrankheiten anhalten. Am stärksten verteuert hat sich der Spitalaufenthalt, der vom Staat weitgehend subventioniert wird. Die Last der Krankheitskosten hat sich deshalb immer mehr auf die öffentliche Hand verlagert. Durch Beiträge in Form von Lohnprozenten sollen die Versicherten die gewaltigen Ausgaben für ihre Gesundheit vermehrt mitfinanzieren.

atmen

mit **KLARA WOLF, Atemschule Brugg** (Schweiz)
Autorin des Buches: **INTEGRALE ATEMSCHULUNG**
Atem-Lehrgänge 1972 für Laien und Fachleute
zur Erholung, Ausbildung und Fortbildung

Atem-, Kreislauf-, Stoffwechseltraining, Gelenkpflege, Uebungen für die inneren Organe, Korrektur von Atem- und Haltungsfehlern.

Spezialübungen zur Regulierung des hormonellen und nervlichen Gleichgewichts.

Konzentrations- und Bewusstseins-schulung, Sprech-, Sing- und Harmonieübungen.

In Karlsruhe Sportschule Schöneck: vom 18.— mit 22. September

In St. Moritz: vom 28. Oktober bis 4. November

In Aeschi ob Spiez am Thunersee: vom 7.—14. und 14.—21. Oktober

Prospekte durch Frau Wolf, Atemschule, CH - 5200 Brugg Tel. 056 - 41 22 96 (vormittags)

Rheumaklinik und Solbadsanatorium Rheinfelden

Wir suchen per sofort oder nach Uebereinkunft einen

Leiter der Badabteilung

mit einschlägiger Ausbildung (Med. Bademeister/Masseur, Physiotherapeut o.ä.) und der Fähigkeit, einem kleineren Team vorzustehen.

Wir sind ein Behandlungszentrum für Patienten des rheumatisch-orthopädisch-neurologischen Formenkreises, sowie für Operations- und Unfallnachbehandlung.

Wir bieten 4 Wochen bezahlte Ferien, geregelte Arbeitszeit, gute Besoldung und Sozialleistungen.

Rufen Sie an oder reichen Sie ihre Bewerbung mit den üblichen Unterlagen ein an die Verwaltung der

Rheumaklinik und Solbadsanatorium
4310 **Rheinfelden**, Tel. 061 - 87 24 05

Rheumaklinik und Solbadsanatorium Rheinfelden

Zur Ergänzung unseres Teams suchen wir per sofort oder nach Uebereinkunft

Krankengymnastinnen

(Physiotherapeutinnen)

Wir sind ein Behandlungszentrum für Patienten des rheumatisch-orthopädisch-neurologischen Formenkreises, sowie für Operations- und Unfallnachbehandlung. Das Tätigkeitsgebiet ist interessant und vielseitig.

Nebst der Möglichkeit zur Weiterbildung bieten wir 4 Wochen bezahlte Ferien, geregelte Arbeitszeit, gute Besoldung und Sozialleistungen sowie auf Wunsch Kost und Logis im Hause.

Wir erwarten eine gute Ausbildung und mindestens Grundkenntnisse der deutschen Sprache.

Bewerbungen mit Zeugnissen, Lebenslauf und Foto sind zu richten an die Verwaltung der

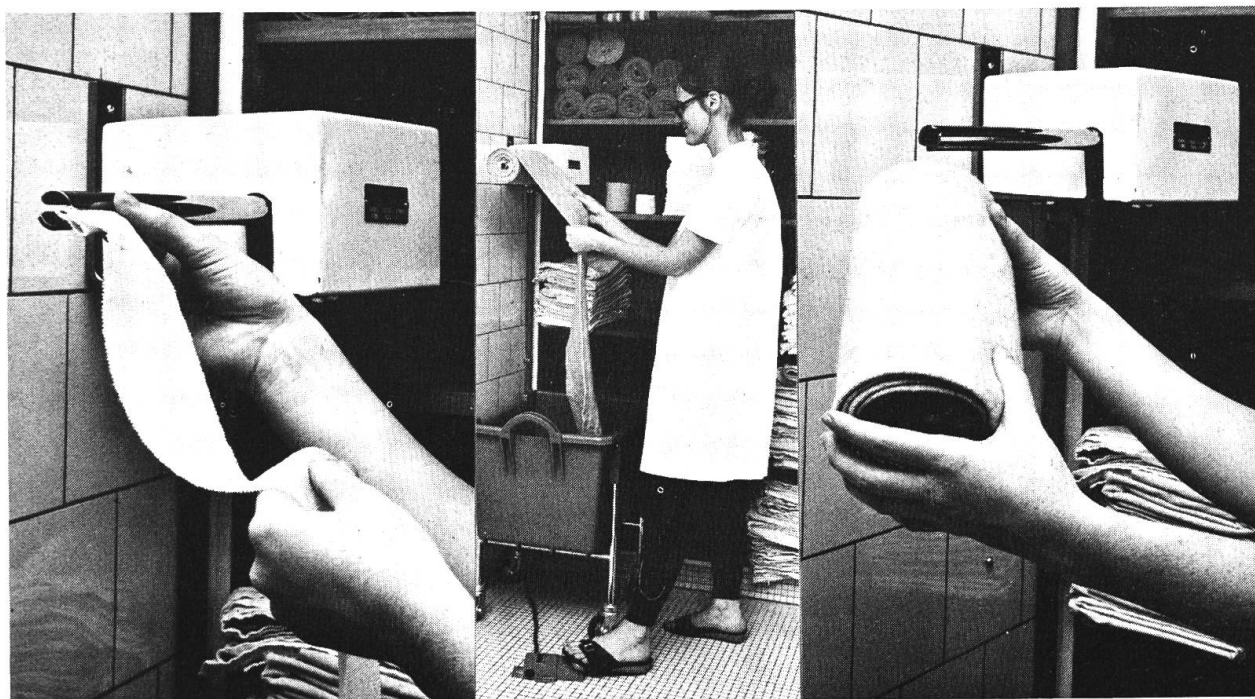
Rheumaklinik und Solbadsanatorium
4310 **Rheinfelden**, Tel. 061 - 87 24 05

Harry Kipf Generalvertretung

8620 Wetzikon
Blaketen 5
Telefon 01 77 0070

Apparate-Bau Regensdorf

EKO DUO MATIC-Bindenwickler



A

B

C

Der EKO DUO MATIC-Bindenwickler in Funktion: **4 m in 15 Sekunden**

- A: Das Einlegen der Binde
- B: Apparat in Funktion
- C: Fertig gewickelte Binde

Technische Daten

220 Volt 0,25 Amp. 0,03 PS

Schweizer Fabrikat, SEV-geprüft, wartungsfrei, 12 Monate Garantie, in- und ausländische Patente angemeldet.

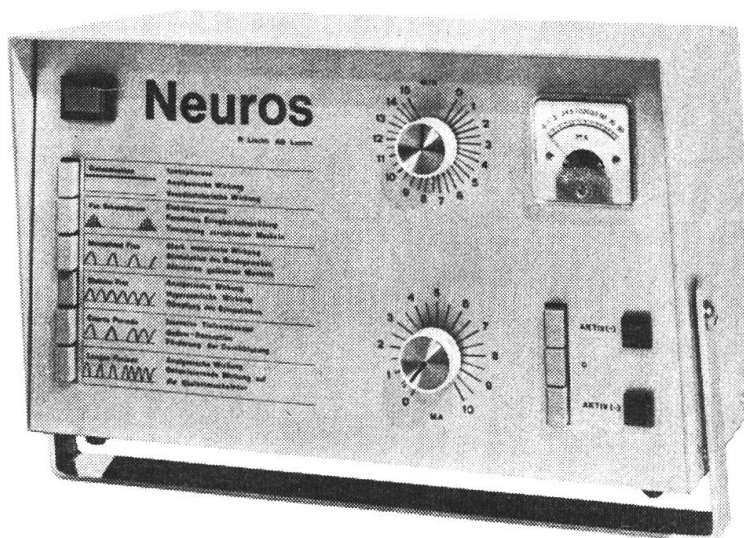
Der Apparat ist für Binden von 4 cm – 25 cm Breite bestimmt; für breitere Binden kann gegen Aufpreis ein längerer Aufwickelstab angebracht werden.

Preis: Fr. 715.—, anschlussfertig mit Kabel

NEUROS

**bewährter Apparat
für die allgemeine
Reizstrom-Therapie**

- einfache Bedienung
- Drucktaste für Stromwahl
und Umpolung
- stufenlose Strom-
regulierung von 0 - 90 mA



ELEKTROSTAT 100

**für Galvanisation und
Elektrophorese**

- grosser Leistungsbereich
0 - 100 mA
- autom. Zeitschalter

GALVA

robustes Vierzellenbad

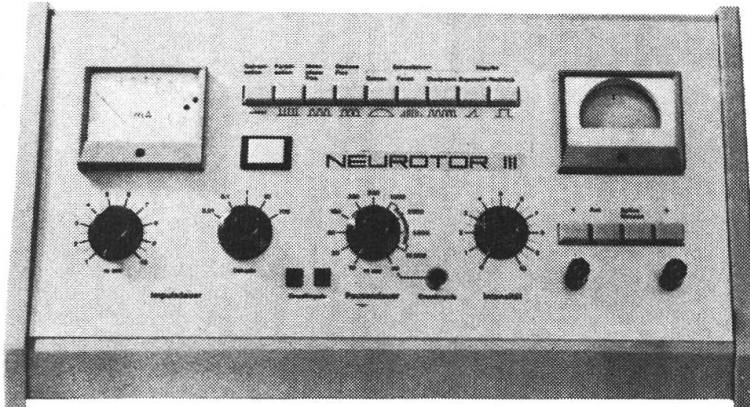
mit höhenverstellbaren,
horizontal allseitig schwenk-
baren Armwannenhaltern

- Hochglanzverchromtes
Stahlrohr-Gestell
- Sitz- und Rückenpolster
aus Kunststoff,
abwaschbar



R. LIECHTI AG
ELEKTROMEDIZIN + RÖNTGEN
ZÜRICH - BERN - LUZERN

LIECHTI



NEUROTOR III

Reizstrom-Gerät für Therapie
und Diagnostik

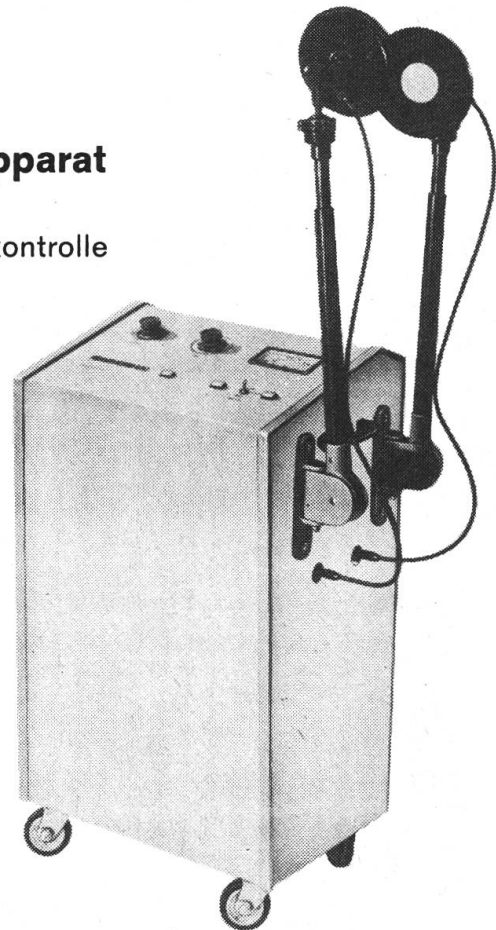
- vielfältige und wirkungs-
volle Stromformen (inkl.
Bernard'sche Ströme)
- geeignet für die
anspruchsvolle Privat-
praxis oder für die Klinik

Automatischer Kurzwellen-Therapieapparat

- grosse Leistung für alle Anwendungsgebiete
- automatische Resonanzabstimmung und Zeitkontrolle
- bewährtes Elektroden-Zubehör

Bitte verlangen Sie unsere
Dokumentation über «Geräte
für die Physik. Therapie»

Wir sind auch gerne bereit,
Ihnen das eine oder andere
Gerät für 14 Tage unverbind-
lich zur Verfügung zu stellen.



R. LIECHTI AG
ELEKTROMEDIZIN + RÖNTGEN
6014 LITTAU — LUZERN

Telefon: 041 - 55 55 22
Büro Kloten: 01 - 84 20 97
Büro Bern: 031 - 58 39 12