

**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:** 29 (1993)

**Heft:** 7

**Artikel:** Das Nervensystem mobilisieren : Warum? Wann? Wie?

**Autor:** Hauser, Martha

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-930343>

### **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:** 10.02.2026

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

## SERIE: DER RÜCKEN 5

# Das Nervensystem mobilisieren: Warum? Wann? Wie?

**Das Nervensystem ist ein Kontinuum. Typisch für Störungen des Nervensystems sind Symptome, die dem Nerv entlang weit weg vom Ort der eigentlichen Verletzung auftreten. Der Einbezug des gestörten Nervensystems in die physiotherapeutische Behandlung bewahrt vor ungünstigen Langzeiteffekten.**

## Aussage einer Patientin:

**«Früher habe ich Nackenschmerzen gehabt, jetzt leide ich unter Kreuzschmerzen» – ein Hinweis auf mögliche Störungen im Nervensystem.**

## Das Nervensystem: ein Kontinuum

Das Nervensystem durchzieht in Form von peripheren Nerven und zentralen Nervenstrukturen den gesamten Körper. Es erfasst alle Körperregionen, und es gibt nur wenige Gewebe, die keine Nerven enthalten.

Das System ist auf drei Arten ein Kontinuum:

- Erstens hängen die Bindege- webe, obwohl es verschiedene Strukturen sind wie die Dura mater oder das Epineu- rium, untereinander auf viel- fältige Weise zusammen; die verschiedenen Bindegewebe gehen lückenlos ineinander über.

- Zweitens sind die Neuronen elektrisch miteinander ver- bunden, so dass ein Impuls zum Beispiel aus der Zehe im Hirn ankommen kann.
- Drittens kann das Nervensystem chemisch als ein Konti- nuum betrachtet werden. Es sind peripher und zentral die- selben Neurotransmitter vor- handen, und innerhalb der Axone gibt es ein Fliessen von zytoplasmischen Elementen.

Die wichtigste Folgerung daraus: Eine Veränderung in einem Teil hat unweigerlich Auswirkungen auf die anderen Teile des Systems. Dies führt zum anfänglichen Beispiel zurück: Die lumbalen Beschwerden können in einem ursächlichen Zusammen- hang mit den Nackenschmerzen stehen und dann vielleicht die Bezeichnung «zervikale Lumbal- gie» verdienen.

David Butler, ein Physiothera- peut, hat die letzten sechs Jahre damit zugebracht, das Nerven- system sowohl von der klinischen Seite als auch in all seinen wis-

senschaftlichen Aspekten zu stu- dieren («Mobilisation of the ner- vous system». Melbourne, Church Livingstone, 1991).

## Anpassungsmechanismen des Nervensystems

Die Neurobiomechanik be- fasst sich mit den Anpassungs- mechanismen des Nervensystems an die Körperbewegungen. Normalerweise adaptiert sich das Nervensystem problemlos an so grosse Bewegungen wie bei- spielsweise ein Buch hoch oben aus einem Regal holen und es zu- unterst wieder einordnen. Es ad- aptiert sich normalerweise aber auch an endlos ausgeführte, im- mer gleiche kleine Bewegungen wie zum Beispiel Schreibmaschi- neschreiben oder Geigespielen. Besondere Bedeutung kommt da- bei dem Gewebe zu, das die Nervenbahnen umgibt, denn dar- auf oder daran vorbei müssen der Nerv und die Meningen unbe- hindert gleiten können.

Bewegung findet andererseits auch intraneural statt. Die neuralen Gewebe verschieben sich ge- genüber dem Bindegewebe: Das Hirn kann sich gegenüber der kranialen Dura mater bewegen, das Rückenmark gegenüber der spinalen Dura mater, ein Nerven- faszikel gegenüber einem andern Nervenfaszikel in peripheren Ner- ven und in Nervenwurzeln. Diese

feinen Mechanismen funktionie- ren gut in normalem Gewebe – sie werden aber behindert durch pathologische Prozesse wie intra- neurale Fibrosen oder Ödeme.

Das Nervensystem verändert mit den Körperbewegungen stän- dig auch seinen Spannungszu- stand. Es kann Bewegungen limi- tieren.

*Dies können Sie sehr gut an sich selber erfahren, wenn Sie – wie auf den Abb. 1 und 2 gezeigt – sitzend und mit ge- radem Rücken ein Bein strek- ken und sich merken, wieviel Sie es haben strecken können. Dann lassen Sie sich nach vorn zusammensinken und nehmen das Kinn fest an das Brustbein. Ihre neuro-menin- gealen Strukturen müssen sich dieser Bewegung anpassen mit entsprechender Verlängerung, also mit Bewegung im Spinal- kanal und mit Spannungserhöhung. Nun strecken Sie das Bein wieder. Vielleicht kommt nicht mehr so viel Knieextension zustande, und die Limitierung ist möglicher- weise dem Nervensystem zuzu- schreiben. Heben Sie nun den Kopf und prüfen Sie, ob Sie jetzt das Knie weiter strecken können; wenn ja, so deshalb, weil Sie die Spannung auf dem Nervensystem vom Nak- ken her gelöst haben.*



Das Beispiel zeigt eindrücklich, wie die zentralen und die peripheren Nervenstrukturen zusammenhängen und ein Ganzes bilden.

Besondere Beachtung verdient die Biomechanik des autonomen Nervensystems, vor allem der sympathische Strang. Er verläuft in der Brustwirbelsäule vor den kostotransversalen Gelenken – also vor Gelenken, die sich andauernd bewegen – und relativ seitlich. Er muss sich also in der BWS an die Lateroflexion anpassen können. In der Brustwirbelsäule und in der Lendenwirbelsäule verläuft der Strang dorsal von der Achse Flexion–Extension und wird daher durch BWS/LWS-Flexion eher gedehnt. In der Halswirbelsäule verläuft er vor der Achse und wird durch Extension eher gedehnt. Man kann sich jetzt vorstellen, wie eine runde Körperhaltung, zusammen mit dem vorgeschobenen Kinn, angehaltenen Zug auf

das autonome Nervensystem ausüben kann.

### Störungen des Nervensystems

Pathologische Prozesse entstehen nach einer «Verletzung» des Nervensystems. «Verletzung» meint hier eher die minimale Art von Beeinträchtigung, wie sie durch Friktion, Kompression und Dehnung entsteht. Der «Verletzungs»-Grund mögen unphysiologische Bewegungen, ungünstige Körperhaltungen oder repetierende Muskelarbeit sein. Oder der Nerv kann sekundär in Mitleidenschaft gezogen sein durch Ödeme oder Hämatome als Folge von Verletzungen anderer Gewebearten.

In der Physiotherapie-Praxis sind die mechanischen und physiologischen Folgen dieser Verletzungen zu sehen. Die Leitfähigkeit des Nerven muss nicht unbedingt betroffen sein. Ein ungün-

stiger Langzeiteffekt ergibt sich jedoch durch die Beeinträchtigung des Zytoplasma-Flusses im Axon: Veränderungen in der Impulsübermittlung können weitreichende Konsequenzen für die Nervenzelle, das Axon und das Zielgewebe des Nerven haben. Man denkt dabei beispielsweise an trophische Störungen im Muskel oder in Ligamenten und geht der Frage nach, ob die scheinbar grundlose Entstehung mancher Symptomkomplexe mit verändertem Axoplasma-Fluss zu tun haben könnte.

### Typische Befunde

Generell muss gesagt werden, dass es keine Rezepte gibt für die Behandlung von Störungen aus dem Nervensystem. Jeder Beschwerdenkomplex zeigt eine Vielzahl von betroffenen Strukturen. Eine detaillierte individuelle Befragung und eine Untersu-

### SERIE: DER RÜCKEN 5

chung aller in Frage kommenden Strukturen muss zeigen, welche Komponente im Vordergrund steht. Seit ein paar Jahren ist es aber offensichtlich geworden, dass das Nervensystem in der Physiotherapiepraxis in den allermeisten Fällen eine wichtige Komponente darstellt.

Im Körperschema ist es typisch für die Beschwerden aus dem Nervensystem, dass die Verteilung der Symptome meist keine Rückschlüsse auf die Lokalisation der betroffenen Struktur zulassen. Typisch ist aber eine fleckige oder linienförmige Verteilung der Symptome, zum Beispiel in der Lendenwirbelsäule, dann über dem Gesäss und wie-

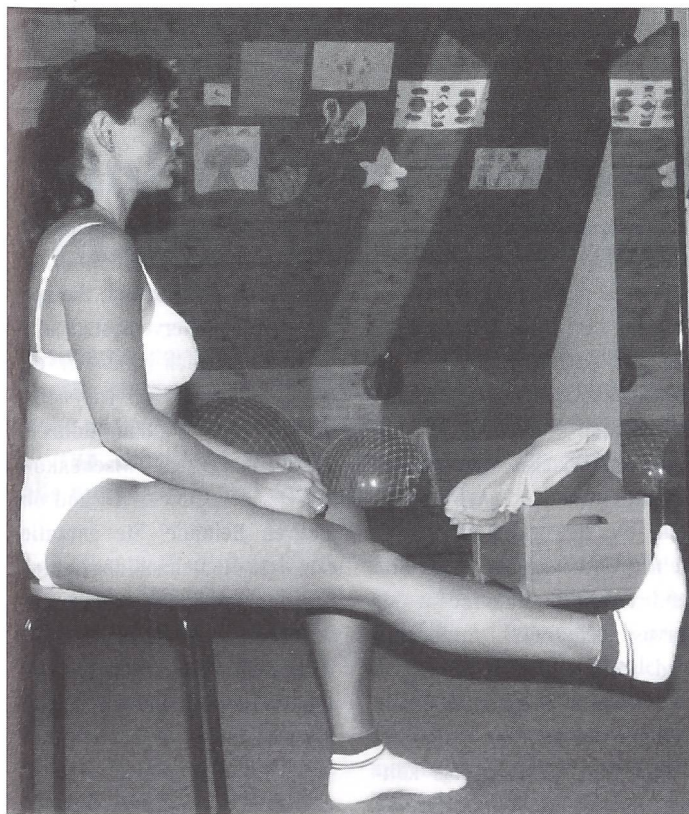


Abb. 1: Knieextension mit gerader Wirbelsäule.

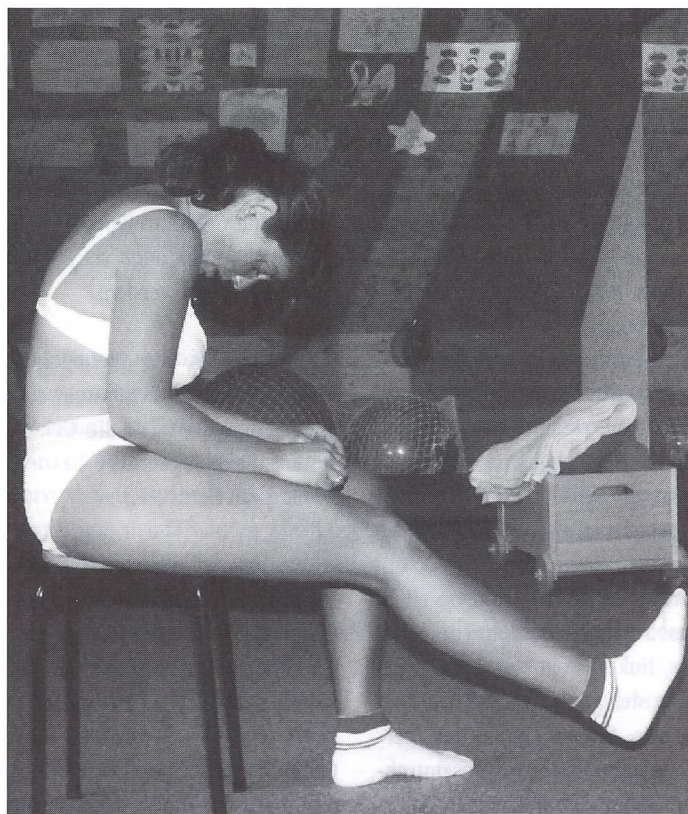


Abb. 2: Knieextension mit flektierter Wirbelsäule.



## SERIE: DER RÜCKEN 5

der hinter dem Oberschenkel und seitlich am Unterschenkel.

Es wäre folglich zu untersuchen, ob der Nervus peroneus communis, der am Fibulakopf relativ gut fixiert ist, betroffen ist, ob die Verzweigung des Nervus ischiaticus am Oberschenkel Quelle von Symptomen ist und ob im Bereich des lumbosakralen Plexus bzw. bei L4 Störungen vorhanden sind.

Auffällig sind Angaben über frühere Autounfälle. Man hat Grund anzunehmen, dass dadurch vermehrte Spannung im Nervensystem entsteht und neue Symptome sich anderswo im Körper viel früher entwickeln als bei normaler Spannung. Häufig sind die Symptome chronisch. Das mag damit zusammenhängen, dass in vielen Fällen das alles erfassende Nervensystem nicht genügend Beachtung in der Behandlung gefunden hat. Und nicht zu vergessen ist das Potential für eine Irreversibilität, die Langzeitaaffektionen des Nervensystems in sich trägt.

Man hört in der Befragung immer wieder über bestimmte Positionen, die Symptome erleichtern oder verschlechtern. Der/die Patient/-in beugt ein Knie ein wenig, vielleicht um den Zug am Nervus ischiaticus zu vermindern; die Schulter ist leicht angezogen. Es ist somit zu prüfen, ob dies mit einer Skoliose oder mit verminderter Bewegungsfreiheit des Nervensystems auf der ganzen linken Seite in Zusammenhang steht.

Die Untersuchung des Nervensystems muss im Gesamtrahmen einer orthopädischen Untersuchung stehen. Die spezifischen Tests sind: ausgewählte aktive und passive Bewegungsteste,

Leitfähigkeitsteste und Palpationsteste. Analog dem Maitland-Konzept ist es das Ziel der Untersuchung, die Symptome des Patienten zu reproduzieren und damit die spezifisch betroffene Bewegungsrichtung zu identifizieren. Daneben ist es wichtig, Bewegungsbehinderungen zu erkennen und in Zusammenhang mit den Symptomen zu stellen.

### Die Behandlung: drei Vorgehensweisen

Wenn der/die Physiotherapeut/-in nach der Untersuchung entscheidet, dass eine relevante Komponente der Beschwerden des Patienten mit dem Nervensystem zusammenhängt, so gibt es innerhalb der manuellen Therapie drei Vorgehensweisen:

- Die Physiotherapeuten können das Nervensystem direkt mobilisieren mit denselben Bewegungen, die sie bei Tests anwenden. Die Nerven und Meningen werden nicht gedehnt, sondern in den notwendigen Richtungen eher grossamplitudig bewegt. Es gelten für den Behandlungsaufbau die gleichen Prinzipien wie im Maitland-Konzept für die Gelenke. Eine Mobilisierung kann auch via Palpation erreicht werden.
- Sie können die Gleitflächen und andere Nachbargewebe behandeln – also die Gelenke, die Muskeln, die Faszien und die Haut.
- Sie werden indirekte Behandlung einbeziehen wie zum Beispiel Beratung zur Körperhaltung oder zur Arbeitsplatzgestaltung.

Generell kann gesagt werden, dass bei jeder Behandlung durch Bewegung das Nervensystem einbezogen ist. Bei hubfreien Beckenbewegungen zum Beispiel

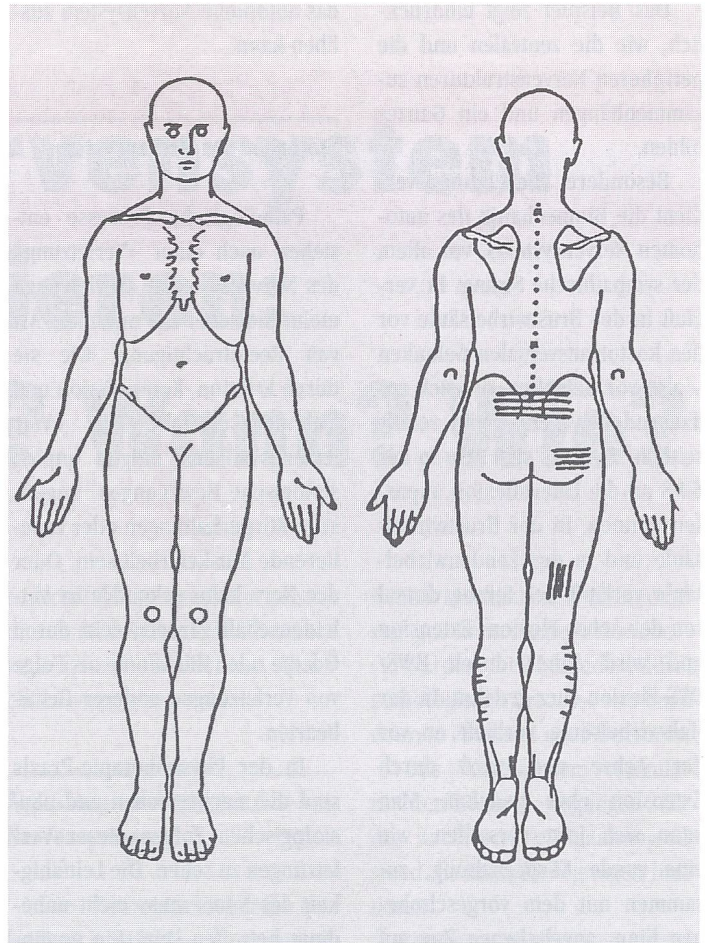


Abb. 3: Mögliche typische Verteilung der Symptome.

finden grosse Mitbewegungen der neuro-meningealen Strukturen entlang der ganzen Wirbelsäule und der benachbarten peripheren Nerven statt. Wenn man nun aber festgestellt hat, dass es das Nervensystem ist, das behandelt werden muss, so kann die Übung spezifischer und exakter geplant werden. Zum Beispiel kann die Bewegung unter vermehrter Extension der Beine ausgeführt werden oder indem der Nervus femoralis vorgedehnt wird.

Mit den Kenntnissen über die Pathophysiologie und Pathomechanik des Nervensystems können alle Behandlungstechniken aus der aktiven und passiven Bewegungstherapie bezüglich ihrer Auswirkungen auf die neurome-

ningealen Strukturen überprüft werden. Es gilt aber auch, Vorsichtsmassnahmen und Kontraindikationen zu beachten, die spezifisch für das Nervensystem sind.

Unumgänglich sind bei der Behandlung des Nervensystems, analog dem Maitland-Konzept, die permanenten Zwischenkontrollen aller subjektiven und objektiven Befunde. Sie garantieren, dass die Behandlungen nicht Schaden anrichten, sondern dass zu jedem Zeitpunkt im jeweiligen individuellen Beschwerdebild die angemessene Dosierung gefunden wird.