

**Zeitschrift:** Physioactive  
**Herausgeber:** Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband  
**Band:** 53 (2017)  
**Heft:** 1

**Vorwort:** Nacken : La nuque = La nuca  
**Autor:** Casanova, Brigitte / Blatter, Samuel

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.05.2025

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

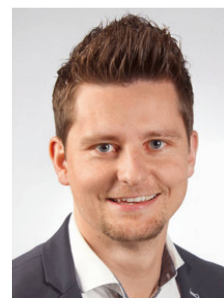
## Nacken

### La nuque

#### *La nuca*



bc



sb

«Was uns im Nacken sitzt ...» – die Halswirbelsäule ist eine empfindliche Körperregion, die auf physische und psychische Belastungen oft mit Schmerzen reagiert. Die Sprichwörter und Symbolik weisen jedoch für einmal auch den Weg zur Therapie: Denn man kann auch hartnäckig sein oder breite Schultern haben, und so viel (er-)tragen. Was es braucht, um einen kräftigen Nacken zu haben, sind aktive Übungen. Sie haben effektiv eine gute Wirksamkeit bei Nackenbeschwerden.

Doch lesen Sie unsere Artikel zu Befund und Behandlung von Nacken- und zervikalen Kopfschmerzen. Sie dokumentieren wie komplex diese Körperregion ist, was insbesondere auch bei Beschwerden nach HWS-Distorsions-trauma deutlich wird.

Einen verblüffend einfachen Zugang zu muskuloskelettalen Schmerzen vertritt das Faszien-distorsionsmodell von Typaldos: Der Patient verfügt über sechs Gesten, mit denen er uns zeigen kann, was das Problem ist und wie es behandelt werden muss. Das Faszien-distorsionsmodell fordert uns im Sinne der Semiotik<sup>1</sup> auf, die Zeichen zu lesen. Wir fanden, dies verdient eine Auseinandersetzung. |

*Herzliche Grüsse,  
Brigitte Casanova und Samuel Blatter  
red@physioswiss.ch*

«Avoir quelque chose qui pèse sur les épaules...» les vertèbres cervicales sont une zone sensible du corps qui réagit souvent de manière douloureuse aux charges physiques et psychiques. Dans ce cas, les proverbes et leur symbolique fournissent aussi des indications pour le traitement de ces douleurs. On dit en effet qu'avoir les épaules larges permet de (sup)porter beaucoup. Mais, pour cela, il est nécessaire de s'entraîner activement. Ces exercices sont réellement efficaces pour traiter les douleurs cervicales.

Nos articles sur le diagnostic ainsi que sur le traitement des douleurs de la nuque et des maux de tête d'origine cervicale illustrent bien la complexité de cette zone du corps, comme on le voit notamment en cas de douleurs après une entorse de la colonne cervicale.

Le modèle de distorsions fasciales de Typaldos représente un accès aux douleurs musculo-squelettiques étonnamment simple: le patient dispose de six gestes qui lui permettent de montrer l'essence du problème ainsi que la façon de le traiter. Cela exige de nous que nous nous penchions sur la sémiotique<sup>1</sup> mais nous pensons qu'il vaut la peine de s'y attarder. |

*Cordialement,  
Brigitte Casanova et Samuel Blatter  
red@physioswiss.ch*

«Avere qualcosa che pesa sulle spalle...» le vertebre cervicali sono una zona sensibile del corpo che reagisce sovente in maniera dolorosa alle cariche fisiche e psichiche. In questo caso, i proverbi e il loro simbolismo forniscono anche delle indicazioni per il trattamento di questi dolori. Ad esempio, con l'affermazione «avere le spalle larghe» intendiamo di poter (sop)portare meglio il tutto. Ma, per questo, è necessario allenarsi in maniera attiva. Questi esercizi sono realmente efficaci per trattare i dolori cervicali.

I nostri articoli sulla diagnosi come pure sul trattamento dei dolori della nuca e dei mal di testa d'origine cervicale illustrano bene la complessità di questa parte del corpo, come si vede specialmente nei dolori dopo un colpo di frusta della colonna cervicale.

Il modello di distorsioni fasciali di Typaldos rappresenta un accesso ai dolori muscolo-scheletrici molto semplice: il paziente dispone di sei gesti che gli permettono di mostrare il succo del problema così come il modo per trattarlo. Questo ci porta a prestare attenzione alla semiotica<sup>1</sup> alla quale riteniamo valga la pena soffermarsi. |

*Cordiali saluti  
Brigitte Casanova e Samuel Blatter  
red@physioswiss.ch*

<sup>1</sup> Wissenschaft, die sich mit Zeichensystemen befasst.

<sup>1</sup> La sémiotique est l'étude des signes et de leur signification.

<sup>1</sup> La disciplina che studia i segni e il modo in cui questi abbiano un senso.



Flower Power Finest Fitness & Wellness



Pitsch Fitness



Physiotherapie & Trainingscenter Koch

## Innovation in Therapie und Training

Ratio AG ist Ihr ganzheitlicher Partner für Physiotherapie und Trainingseinrichtungen. Wir bieten auf Sie abgestimmte und durchdachte **Therapie- und Trainingslösungen**. Bei der Einrichtung und Ausstattung stehen Ihr Bedürfnis und das Ihrer Kunden und Patienten im Zentrum.



Ratio AG, Ringstrasse 25, 6010 Kriens, T: 041 241 04 04, [info@ratio.ch](mailto:info@ratio.ch)

[www.ratio.ch](http://www.ratio.ch)