_	
Obiekttvp:	TableOfContent
CDDIEKTIVD:	i anieum content

Zeitschrift: Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen

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

Band (Jahr): - (1973)

Heft 251

PDF erstellt am: **03.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek* ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

Der Physiotherapeut Le Physiothérapeute

Nr. 251

August 1973

Zeitschrift des Schweizerischen Verbandes staatlich anerkannter Physiotherapeuten Bulletin de la Fédération Suisse des Physiothérapeutes Erscheint 2-monatlich

INHALT: Das Rheumaschwimmen – Bericht über 21. Weltspiele der Gelähmten – Bericht Hauptversammlung Reg. Deutsche Schweiz – Mini-Ferien bei der stolzen Malärkönigin – Aus ausl. Fachzeitschriften – Mutationen – Rôle du Physiothérapeute.

Das Rheumaschwimmen

Von JOSEF MICHEL, Physikalische Therapie, 9202 Gossau SG

Die kantonalen Rheumaligen führen seit einiger Zeit Kurse über ein «RHEUMA-SCHWIMMEN» für Schwimmer und Nichtschwimmer durch. Sie wollen damit die Bewegung im Wasser einem weiteren Publikum schmackhaft machen als es bisher das BECHTEREW-SCHWIMMEN (Fellmann) und das COXARTHROSE-SCHWIMMEN (Michel) im rheumatoiden Bereich vermochten. Sie überlassen die praktische Arbeit nach Möglichkeit Physiotherapeuten, die an Orten mit einem Hallenbad wohnen.

Dieser Beitrag möchte die Diskussionsgrundlagen erweitern und den Kollegen Anregungen zur Gestaltung des Kurses geben.

Im Gegensatz zum Altersschwimmen, das vor allem auf leichte, spielerische und fröhliche Weise den Aelteren das Element Wasser wieder vertraut macht, hat das Rheumaschwimmen einen eindeutig medizinisch-therapeutischen Anstrich und sollte deswegen ausschliesslich von Physiotherapeuten durchgeführt werden. Sehr häufig fühlen sich vor allem auch die jungen Rheumatiker von solchen Kursen angesprochen.

Motive

Die moderne Lebensweise führt immer häufiger zu Schmerzen im Bewegungsapparat, also rheumatoiden Beschwerden im weitesten Sinne. Sie können unter anderem durch Unter- oder Ueberbelastung des gesamten Bewegungsapparates oder auch einzelner Körperteile entstehen. Ursachen und Folgezustände sind vielfältig. Sie diktieren die Gestaltung des Kurses.

Das leicht erwärmte Wasser (ca. 30 Grad Celsius) bietet sich für die Prophylaxe und Behandlung rheumatischer Beschwerden als ideales Medium an. Das Wasser wirkt euphorisierend. Der Auftrieb erleichtert sonst schwer ausführbare Bewegungen. Der Wasserwiderstand ist ein gezieltes Kräftigungsmittel. Der Rheumatiker erhält durch die Wasserbewegung eine Verbesserung seiner Grundkondition.

Die Wahl der Bewegungen ist für schmerzhafte Zustände wichtig. Grundsätzlich stehen zur Wahl — die unkontrollierte Bewegung (Plantschen, Spiel)

— die kontrollierte gerichtete Bewegung (Wassergymnastik)

— die zielgerichtete Vorwärtsbewegung (Schwimmen).

Der Rheumatiker sollte auf keine der drei Varianten verzichten.

Die Motivation des Kursbesuchers ist einfacher: Er möchte seine Schmerzen mit Hilfe des Erlernten verlieren oder lindern. Er sieht dies vor allem im Erlernen oder Verbessern einer adäquaten Schwimmtechnik.

Ziele

Neben einer augewogenen therapeutischen Bewegungsschulung im Wasser erlernt der Nichtschwimmer eine günstige elementare Schwimmtechnik und der Schwimmer überprüft, verbessert und beruhigt seinen Schwimmrhythmus.