

Die Bedeutung der Krankengymnastik und Massage in Bädern und Kurorten

Autor(en): **Vogt, H.**

Objektyp: **Article**

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**

Band (Jahr): - **(1939)**

Heft 6

PDF erstellt am: **15.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-931014>

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.

Verbands-Nachrichten

Journal de l'Association

Obligatorisches Organ für die Mitglieder des Schweizerischen Verbandes staatlich geprüfter Masseur, Heilgymnasten und Physiopraktiker

Organe obligatoire pour les membres de l'Association suisse des Praticiens en Masso-Physiothérapie diplômés officiellement

Erscheint 6 mal jährlich — Paraît 6 fois par an

Redaktion für den deutschsprachigen Teil: W. Heiz, Zehnderweg 25, Olten
Rédaction pour la Suisse française: Mme E. Décosterd, Place Longemalle 12, Genève

Adreßänderungen sind an die zuständigen Sektionsaktulare zu richten!
Changements d'adresses sont à envoyer aux secrétaires des sections!

Die Bedeutung der Krankengymnastik und Massage in Bädern und Kurorten

Von Professor Dr. H. Vogt, Direktor der Reichsanstalt für das deutsche Bäderwesen, Breslau

Vortrag, gehalten am III. internationalen Kongreß für Massage und Krankengymnastik, vom 3. bis 6. Juni 1939, in Stuttgart

Die Behandlung in Bädern und Kurorten bedient sich der natürlichen Heilverfahren. Es ist jedenfalls abzulehnen, wenn Verfahren, die auch anderwärts geübt werden können, in den Kurorten so weit Ausdehnung finden, daß die Anwendung der natürlichen Heilmittel, Trinkkuren, Bäder, Moorbehandlung, Klimakuren dadurch beeinträchtigt wird. Dagegen gehören zwei Verfahren in den Rahmen jeder Kurort- und Bäderbehandlung, soweit irgend der Zustand des Kranken das ermöglicht. Diese sind die **Regelung der Ernährung und die Bewegungstherapie**. Man geht nicht zu weit, wenn man sagt, daß eine Kur im Bade- oder Kurort ohne die Regelung der Ernährungsfrage und ohne eine Bewegungsschulung unter allen Umständen unvollkommen bleibt.

Im Rahmen vieler Krankheitszustände, die wir mit Badebehandlung usw. angehen, spielt die Bewegungsbehandlung vielfach insofern eine bevorzugte Rolle, als sie mit in die erste Linie der Behandlungsmaßnahmen zu setzen ist. Es sei erinnert an die Behandlung der Bewegungsbeschränkungen bei Gelenkerkrankungen aller Art, besonders bei Rheumatismus, die schon deshalb eine energische Bewegungsbehandlung erfordern, weil die Lockerung der Gelenke, wie sie etwa durch Moorbäder erzielt wird, dann nur nutzbar wird, wenn auch gleich die nun sehr notwendige Bewegung geübt wird. Bei einem anderen Badeverfahren, den Radiumwässern, die wir ja auch trinken und inhalieren lassen, liegt der Schwerpunkt des Nutzeffekts zunächst in der auffallend schmerzstillenden Wirkung. Diese hat darin ihren Grund, daß das Radon (die Radiumemanation), die sich in den Heilwässern findet, eine ausgesprochene Beziehung, sogenannte Affinität, zum Nervenscheidewebe besitzt und daß sie sich dort verankert. Hier wird also rasch eine Aufhebung der Schmerzempfindung erzielt, wie sie bei vielen Formen des Rheumatismus, bei Neuralgien als Hauptgrund der Bewegungsbeschränkung erscheint. Auch

hier würde der unmittelbare Behandlungserfolg sofort wieder verlorengehen, wenn man die nunmehr schmerzfrei gewordenen Muskeln und Gelenke nicht systematisch in Bewegung setzen und üben würde. Herzranke, die wir mit kohlen säurehaltigen Bädern mit großem Erfolge behandeln, sollen ja gerade die allmählich wachsende Leistungsfähigkeit des Kreislaufs auch in einer systematisch ausgebauten Übungsbehandlung sozusagen ausprobieren und festhalten. Der Nutzeffekt der Behandlung vieler Stoffwechselkrankheiten, so vor allem der Fettsucht, der Gicht, ist ohne eine gleichzeitige Bewegungstherapie undenkbar. Was eine systematisch ausgeführte Massage und sinnvolle Bewegung mit allmählicher Leistungssteigerung für die Herausschaffung der Abfallstoffe aus den Geweben des Körpers für die Behandlung der Stoffwechselkrankheiten bedeutet, übersteigt bedeutend die Vorstellungen. Kann man dies auch nicht im einzelnen beweisen und errechnen, so muß man die Erfahrung hier zu Worte kommen lassen, aus der unzweideutig hervorgeht, daß die genannten Krankheiten ohne Bewegungsbehandlung lange nicht in dem Maße gefördert werden können wie mit einer solchen. Aber auch Krankheitszustände, die zunächst nicht in einer so unmittelbaren Beziehung zum Bewegungsproblem zu stehen scheinen, wie z. B. die Menstruationsanomalien, gewinnen durch eine mit den Moorbädern oder den Solbädern einhergehende systematische Behandlung sehr an Erfolg. Insbesondere scheint es mir, daß der sogenannte gynäkologische Kreuzschmerz, ein auf mancherlei Ursachen zurückzuführendes chronisches Übel vieler Mädchen und Frauen, durch Massage und vor allem durch aktive Bewegungsbehandlung erfolgreich zu bekämpfen ist. In der Behandlung der Katarrhe und des Asthmas ist eine ausgesprochene Bewegungstherapie für den Brustkorb, eine vor allem auf eine gesunde Rhythmik abgestellte Atemgymnastik unentbehrlich.

In allen diesen Zuständen handelt es sich darum, im Laufe einer Badekur die zwischen den ausgesprochenen Kurmaßnahmen zur Verfügung stehende Zeit sinnvoll zu nutzen. Viele Behandlungsmaßnahmen, wie z. B. die Moorbäder, die Thermalbäder, die kohlen sauren und Sprudelbäder, die Radiumbehandlung bedürfen ja zu ihrer Durchführung einer gewissen zeitlichen systematischen Reihentolge. Angreifende Prozeduren lassen sich nicht öfter als dreimal die Woche durchführen. Empfindliche Personen sind namentlich bei fleißigem Baden vielfach den Erscheinungen der sogenannten Badereaktion ausgesetzt, einer vor allem die vegetativen Funktionen ergreifenden Umstimmung des Körpers und des nervösen Lebens, die den Kurgast zu Pausen zwingt. In allen diesen Zeiten ist dem behandelnden Arzt die Bewegungstherapie als ein besonders wertvolles Heilmittel in die Hand gegeben, das ihn in die Lage versetzt, den Kranken auch außerhalb der spezifischen Kurmittel zu beschäftigen, und zwar nicht nur im Sinne einer Zeitausfüllung, sondern im Sinne einer systematischen Förderung und Steigerung der durch die Kur zu erwartenden Erfolge. Das seelische Moment spielt hierbei eine bevorzugte Rolle. Losgelöst von der Hast des städtischen Lebens lebt der Kurgast hingegeben an die Wirkungen der natürlichen Mittel, er geht auf in der Naturverbundenheit, die sich ihm an den Quellen und in den Bädern erschließt. Er hat Zeit, für seine Erholung und Behandlung zu leben, und er nimmt mit Begierde und voller Hoffnung all das auf, was ihn dem angestrebten Ziele näherzubringen verspricht. Er wird dadurch angeleitet, selbst aktiv in der Bewegungstherapie mitzuwirken in der Wiedergewinnung verloraener oder eingeschränkter Lebensfunktionen. Die Hingabe an eine Massagebehandlung oder die Mitwirkung bei einer systematischen Bewegungstherapie, die sich sinnvoll steigernd und allmählich aufbauend die Gesundheit wiedererwirbt, läßt den Kranken auch die Freude an der Genesung aktiv erleben.

Es ist aber nicht die Aufgabe der Bäder und Kurorte, für eine Bewegungstherapie und Massagebehandlung nur für die ausgesprochen Kranken zu sorgen. Ebenso wenig wie sich die Diätversorgung nur auf die Beschaffung einer ärztlich genau berechneten Krankenkost für die ausgesprochen Stoffwechselkranken beschränken darf, wie das Diätproblem in den Kur- und Bade-

orten ein Ernährungsproblem ist und nur dann gelöst wird, wenn nicht nur Kranke, sondern auch Erholungsuchende und Gesunde in Kur- und Badeorten eine verständige Gesundheitsführung in der Ernährungsfrage lernen können, so gelten die gleichen Momente auch für die Bewegungstherapie. Es besteht nicht die Aufgabe, nur mehr oder weniger komplizierte Verfahren für einzelne Bewegungskranke durchzuführen. Massage und Übungstherapie im weitesten Sinne muß an alle diejenigen herangebracht werden, die sich in Bädern und Kurorten zur Erholung und Behandlung aufhalten. Vor allem muß also auch der Leichtkranke und der Gesunde Möglichkeiten zur Bewegung, die über das einfache Spaziergehen hinausreichen, finden. In diesen Rahmen gehört die ganze Frage des dosierten Sportes, der zum Teil natürlich eine Aufgabe der ärztlichen Beratung ist. Manchen Kranken, den man erst durch Massage und systematische Übung hindurchgehen läßt, kann man schließlich auch am mäßigen Sport teilnehmen lassen. Für die Kurorte wird heute allgemein ein Freischwimmbad als erforderlich angesehen. In Kurorten und Bädern, die nicht reine Aufenthaltsorte für Krankenbehandlung sind, sondern auch den Erholungsuchenden dienen, wird man für Bewegungen aller Art, Spielwiesen, Sport und Turnen Möglichkeiten vorsehen müssen. Die systematische Gymnastik kann hier vom gemeinsamen Übungssaal zur Übungswiese und von da zur freien Betätigung hinüberführen. Jedenfalls kann die Erholung für viele nichtkranke Menschen, die vielleicht eine sitzende Lebensweise führen, nur dann eine vollständige und ausreichende sein, wenn der Aufenthalt in Bädern und Kurorten auch dazu dient, auf dem Gebiet der Körperbewegung ihnen eine gesunde Lebensführung beizubringen. Hier wie in der Ernährungsfrage soll der Aufenthalt im Kurort unter einer systematischen Führung und Anleitung durch Ärzte, Gymnasten usw. dazu dienen, aus dem Kurort und aus dem Aufenthalt in der Natur etwas mitzunehmen in die Stadt und in die Familie, was den Menschen nun dauernd begleitet: eine bessere Ökonomie seines Daseins in bezug auf die Bewegung, eine diesbezügliche Anleitung an die Kinder und damit eine wirksame Bekämpfung der sogenannten Stallkrankheiten des Menschen und eine Verlängerung der Arbeits- und Lebensdauer.

Vor einigen Jahrzehnten ging vor allem von Schweden (Zander, Hertz u. a.) die Bewegung der Mechanotherapie aus. Damals haben viele Kurorte sich Zandersäle angeschafft, ein ganzes Arsenal zum Teil sehr sinnvoll konstruierter Apparate, die für fast jede nur erdenkliche Bewegung eine Übung darstellen. Man glaubte insbesondere vom wirtschaftlichen Gesichtspunkt aus durch die Übung am Apparat die kostspieligere menschliche Mitwirkung bei der Bewegungsbehandlung einschränken zu können. Die weitere Entwicklung und insbesondere der Ausbau der Bewegungstherapie in Deutschland hat uns gelehrt, daß das mit den Apparaten Erreichte doch nur beschränkt ist. Denn hier besteht die Gefahr einer zu großen mechanischen Einübung, einer mangelnden Mitarbeit des Patienten. Wir wollen in vielen Gelenken ja nicht eine einfache Scharnierbewegung, wie sie der Apparat gelegentlich vermittelt, wiederherstellen, sondern wir wollen bei Bewegungskrankheiten aus dem Rest funktionstüchtiger Muskeln und funktionstüchtiger Gelenke wieder eine sinnvolle Bewegung, die sich vor allem in den Arbeitsprozeß des Menschen einbauen läßt, gewinnen. Das aber kann nur die übende und führende Hand des Gymnasten und die bereitwillige Mithilfe des Kranken erreichen. Hier ist eine individuelle Arbeit von Fall zu Fall zu leisten. In dem ganzen großen Bereich aber, wo Massage und Gymnastik als zusätzliche Schulung für die Leistungssteigerung erkrankter Organe, für die Hebung des Stoffwechsels in Betracht kommt, kann einzig und allein die freie Gymnastik am Platze sein. Die aktive Mitarbeit, das Erleben, das Selbsterarbeiten und das Wiedergewinnen der Genesung ist ein Faktor, den niemals ein Apparat vermitteln kann! Auch die an sich nicht nur ungünstig zu beurteilende Apparatetherapie ist wenigstens in ihren Übertreibungen ein Produkt des mechanisierten Zeitalters.

Unser mehr biologisches Denken verlangt auch auf diesem Gebiet tiefere Zusammenhänge.

Auch die Bewegungstherapie gehört zu den natürlichen Heilmethoden. Sie spendet Leben und sie erweckt den kranken Organismus zu erhöhter Leistungsfähigkeit. Wie schon betont, ist auch auf vielen Gebieten, die an sich nicht zu den Bewegungskrankheiten gehören, die sinnvoll gestaltete Bewegungstherapie in erster Linie geeignet, die Leistungssteigerung und Belebung, die Bade- und Klimakuren vermitteln, zu unterstützen und zu fördern. Massage und Krankengymnastik, Bewegungstherapie jeglicher Art, Turnen, Sport und Spiel sind unentbehrliche Ergänzungen für eine richtig verstandene und sinnvoll durchgeführte Krankenbehandlung und für Erholungskuren in Bädern und Kurorten.

Die Behandlung der seitwärts verkrümmten Wirbelsäule

Die Skoliose

Von Joh. Aerni, Basel (Schluß)

Wirbelskoliosen können schon in der frühesten Jugend durch unrichtiges Schulbanksitzen erworben werden. Auch durch die Hobelbewegungen beim Schreinerhandwerk, oder nehmen wir z. B. das Tragen eines schweren Henkelkorbes an. In Ellenbogenbeuge-Haltung am rechten Arme muß sich der Rumpf, um das Körpergleichgewicht herzustellen, nach der linken Seite hin neigen, ansonst das Gewicht des Korbes den Träger nach der rechten Seite hin zu Fall bringen würde. Diese zur Gewohnheit gewordene Haltung kann eine rechtskonvexe Brustwirbel- und zugleich linkskonvexe Lendenwirbelskoliose verursachen. Das Muskelsystem längs der Brustwirbel ist in diesem Falle ständig nur auf der linken Seite in aktiver Tätigkeit, gerät infolge dessen in einen überspannt, verkürzten Zustand und krümmt die Brustwirbel konvex nach rechts um. Die Lendenwirbel hingegen krümmen sich zum Ausgleiche des Körpergewichts nach links um. Für die Massagebehandlungen kommen, um die verkürzten, überspannten Muskeln zu entspannen, sowie die überdehnten, erschlafften zu kräftigen und wieder aktionsfähig zu machen, folgende Muskeln in Betracht:

Die Rückenstrecker (*longissimus dorsi*). Beidseitig zu gleicher Zeit in Tätigkeit, strecken sie die Wirbelsäule, nur einseitig krümmen sie diese je nach links oder rechts um.

Die Dornmuskeln (*spinalis*) Fig. I a, linksseitig überspannt dargestellt. Ursprung von den Querfortsätzen der drei ersten Lendenwirbel und der drei letzten Brustwirbel, ziehen sich zu den Dornfortsätzen der sechs obersten Brustwirbel.

Die Halbdornmuskeln (*semi spinalis*) Fig. I b, rechtsseitig in überdehntem Zustande dargestellt. Ursprung von den Querfortsätzen des elften bis fünften Brustwirbels, ziehen sich zu den Dornfortsätzen der fünf obersten Brust- und zwei untersten Halswirbel.

Der Kappenmuskel (*Trapezius*). Von den Dornfortsätzen der Hals- und Brustwirbel ziehen sich seine Faserbündel zum Schultergürtel und heften sich dort am äußern Drittel des Schlüsselbeins und längs der Gräte bis zur Spitze des Schulterblattes an. Bei der rechtskonvexen Wirbelkrümmung befindet er sich auf der rechten Seite (Fig. I c), durch den gewölbten Rippenbuckel verursacht, überdehnt und erschlafft. Auf der linken Seite (Fig. I d) sind die untern Fasern verkürzt und ziehen das Schulterblatt nach unten. Durch seinen ständig aktiven Zustand zehrt er dort zugleich an den Dornfortsätzen der Brustwirbel, sodaß bei den letztern, nebst der seitlichen Krümmung, noch eine Abweichung in der Querachse, eine Achsendrehung entsteht.

Der breite Rückenmuskel (*latissimus dorsi*). Ursprung von den fünften bis siebenten untern Brustwirbel-Dornfortsätzen, von den drei bis vier untern Rippen, von der Lendenbinde und dem Hüftbein, befestigt er sich am Oberarmknochen und zieht den Arm rückwärts abwärts. In Fig. I e, nur