

## **Physiotherapeutische Behandlung der chronischen Folgen des Halswirbelsäulen – Distorsionstraumas.**

### **Grundsätzliche Gedanken**

Der Mensch ist Erscheinung und Zusammenspiel der Tätigkeiten von Leib, Seele und Geist. Die Bewegungstherapie und die Heilmittel der Physiotherapie richten sich auf die Einheit des Ganzen, nicht auf irgend einen Punkt, der zu versorgen oder zu verändern wäre. Eine solche Idee setzt voraus, dass der Mensch als Einheit gedacht und erkannt wird. Der gesamte Mensch ist nach einem Distorsionstrauma der Halswirbelsäule individuell betroffen. Die klinische Erscheinung ist deswegen von Patient\*) zu Patient sehr unterschiedlich. Die Halswirbelsäule ist alleine ein Teilaspekt, der nur behandelt werden darf, wenn die klinischen Verhältnisse es erlauben und das Körperschema des Patienten erhalten bleibt.

Therapie will wieder herstellen! - Was? Das ist die lebensernste Frage. Die Antwort scheint selbstverständlich; die Gesundheit. Aber was meine ich als Betroffener oder als Therapeut\*) damit? Die Physiotherapie versteht unter dem Heilwerden, dem Gesunden und dem wieder ins Leben finden Vorgänge, die innig von den Kräften des Patienten selbst bestimmt werden.

Die individuellen Fälle sind derart komplex, so dass der Therapeut sich von seiner eigenen Befangenheit (durch Meinungen, Vorurteile, unvollständige Beobachtungen) befreien muss, will er die Gegenwart des Patienten erfassen. Eine Bereitschaft, nach allgemeinen Indikationen Massnahmen zu treffen, reicht nicht aus. Gewiss gibt es Erfahrungsregeln, alte und neue, sie sollen bekannt und zuhänden sein, aber ihre Anwendung macht noch nicht das therapeutische Handeln aus.

### **Klinischer Denkprozess**

Eine adäquate Behandlung in der Physiotherapie bedingt einen lebendigen klinischen Denkprozess. Folgende Punkte sind immer zu bedenken:

1. Phasen der Wundheilung
2. Entstehungsmechanismen der Symptome
  - 2.1 Afferente Mechanismen
    - 2.1.1 peripher nozizeptiv
    - 2.1.2 peripher neurogen
  - 2.2 Efferente Mechanismen,
    - 2.2.1 Sympathikuswirkung
    - 2.2.2 Ephapsen
  - 2.3 Zentrale Mechanismen
  - 2.4 Affektive, Emotionale Mechanismen

\*)Alle Bezeichnungen beziehen sich auf beide Geschlechter.

Bei chronischen Schmerzen wirken meistens multiple pathogenetische Mechanismen zusammen; Das komplexe Geschehen verleiht dem Schmerz den Status einer eigenständigen Krankheit (Schmerzkrankheit). Die bewusste Schmerzwahrnehmung ist jedoch nur der Gipfel des Eisberges, da bekanntlich unter Narkose das neuronale Schmerzsystem ebenfalls funktioniert. Sensibilisierungsprozesse finden peripher wie auch zentral statt. Hyperalgesie und Allodynie sind klinische Präsentationen all dieser komplizierten neurobiologischen Prozesse. Mit Hilfe der Bindegewebs-Tastdiagnostik (siehe weiter unten) lassen sich bei diesen sehr individuellen Schmerzbildern therapeutische Zugänge herausarbeiten.

### 3. Quellen der Symptome.

Die Halswirbelsäulendistorsionen präsentieren sich immer mit verschiedensten Symptomquellen gleichzeitig. Im Verlauf lassen sich jedoch unterscheidbare Weichteilzustände und Syndrome herausarbeiten. Einige Beispiele:

- 3.1 Überlastungszustände der Weichteile
- 3.2 Myotendoperiostosen bzw. myofasciale Syndrome
- 3.3 Irritationszustände der Weichteile
- 3.4 Segmentbewegungsstörungen der Wirbelsäule
- 3.5 Radikulopathien
- 3.6 Quellen des gesamten Nervensystems; oft verbunden mit Wahrnehmungsstörungen

- 4. Vorsichtsmassnahmen und Kontraindikationen
- 5. Beitragende Faktoren.
- 6. Evaluation der Partizipation (ICIDH – 2)
- 7. Prognostische Überlegungen.
- 8. Gestaltung und Zusammenarbeit mit anderen Berufsgruppen.
- 9. Gestaltung der Behandlung und Evaluation der Selbsttherapie.

### **Basistherapie**

Die Führung und Begleitung von chronischen Folgen eines Halswirbelsäulen Distorsionstraumas beinhaltet neben der Aufklärung und Behandlung eine Selbsttherapie, die zusammen mit dem Therapeuten zu lernen ist, wir nennen sie Basistherapie:

- 1. Lagerung mit Kissenberatung
- 2. Aktivitäten während des Tages:
  - 2.1 Spaziergänge (auf die Haltung achten; wie trage ich meinen Kopf? Wie atme ich? Wie entspanne ich den Schultergürtel?)
  - 2.2 Übungen auf dem Pezziball
  - 2.2 Eigenes individuelles Übungsprogramm
- 3. Ergonomische Beratung
- 4. Umgang mit Wärme und Kälte. Es empfiehlt sich, mehrmals am Tag Wärme -oder Kälteanwendungen selbständig durchzuführen
- 5. Atmungstherapie
- 6. Umgang mit Medikamenten
- 7. Gestaltung von Freizeitaktivitäten
- 8. Sinnvoller Umgang mit dem Kragen

## **Bindegewebs-Tastdiagnostik**

Die Bindegewebs-Tastdiagnostik versteht sich als eine Erweiterung der physikalischen Medizin. Mit Hilfe dieser Methode kann der innere Spannungszustand des subkutanen Bindegewebes am Rücken als Ausdruck tiefliegender Störungen der Wirbelsäule sowie des ganzen Menschen lokal begrenzt erfasst werden.



**Bindegewebstastdiagnostik;  
Befundaufnahme der Spannungszustände der  
Körperdecke. Hautfaltentechnik.**

Dies gibt dem Physiotherapeuten die Möglichkeit den Reizort, die Reizart und die Reizdosierung zu bestimmen und Rückschlüsse auf den Heilungsverlauf zu ziehen. Eine Bewegungsentwicklung bei gleichzeitiger Entspannung der zugeordneten Bindegewebszonen ist das Ziel. Unter Einbezug der Bindegewebs-Tastdiagnostik gibt es innerhalb der Physiotherapie verschiedenste Konzepte, die zur Auswahl stehen. Wichtig zu vermerken: Die Halswirbelsäule selbst ist oft nicht der eigentliche Therapieort. Die Frage der Behandlungserlaubnis ist gestellt.

## **Behandlungserlaubnis**

Die Physiotherapie kennt kein allgemein gültiges Rezept. Innerhalb der Dreierbeziehung „Therapeut – Patient – Behandlung“ lassen sich sechs Fragen herausarbeiten, die in jedem therapeutischen Prozess zu beantworten sind:

1. Habe ich als Therapeut eine ausgebildete Beziehung zu meiner Behandlungstechnik?
2. Hat die Behandlungsmethode als Technik oder eher als Kunst eine Beziehung zum Therapeuten selber?
3. Habe ich als Therapeut eine therapeutische Beziehung zu meinem Patienten?
4. Hat der Patient eine Vertrauensbeziehung zum Therapeuten?
5. Hat der Patient in seiner Wesensart eine Beziehung zu meiner Behandlung?
6. Hat meine Behandlungstechnik eine Beziehung oder besser gesagt, besteht eine Indikation meiner Behandlungsmassnahmen gegenüber den Krankheitsprozessen selber?

Eine Vielzahl von Fragen stehen somit zur Beantwortung offen. Aus physiotherapeutischer Sicht ist eine Indikations – und Prozessqualität sowie eine offene Bereitschaft darüber zu sprechen ein unabdingbares Qualitätsmerkmal, sodass die Behandlung für Therapeutin und Patientin als Behandlung überhaupt sichtbar und erlebbar wird.