

**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

**Herausgeber:** Schweizerischer Verband staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker

**Band:** - (1932)

**Heft:** 2

**Artikel:** Massagebehandlung bei Fussleiden

**Autor:** Heiz, W.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-930687>

### **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:** 05.05.2025

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

eine Besserung einzutreten, er konnte zur Erholung ins Tessin reisen, mußte aber diesen Erholungsurlaub unterbrechen, indem sich sein Zustand verschlechterte. Alle Versuche, selbst ein operativer Eingriff vermochten keine Besserung mehr zu bewirken. Am 14. August ist Herr Hans Tosi im Krankenhaus Theodosianum in Zürich im Alter von erst 37 Jahren mitten aus einem Leben voll Tatendrang seinem Leiden erlegen.

Hans Tosi, wie gerne hättest Du noch gelebt, wie viel Gutes und Nützliches hast Du noch vollenden wollen. Warum mußtest Du uns so früh entrissen werden? Wir wissen es nicht! Aber eines wissen wir bestimmt, Du hast die kurze Spanne Zeit, die Dir auf Erden beschieden war, voll und ganz ausgenützt: Du warst ein vorbildlicher Ehegatte, ein ausgezeichneter Fachmann, ein vornehmer Berufskollege und ein stets gern gesehener Freund und Kamerad. Schlaf wohl, treuer Freund und Kollege, Dein guter Name sichert Dir ein ehrenvolles Andenken. E. Küng.

### **Massagebehandlung bei Fußleiden.**

Mein in Nr. 1 der Verbands-Nachrichten vom 14. Februar 1931 auf Seiten 4—6 erschienener kurzer Artikel über „Massagebehandlung bei Fußleiden“ ist mit Interesse aufgenommen worden. Nachstehend möchte ich nun zwei Fälle aus der Praxis herausgreifen, um zu beweisen, wie gute Resultate mit der Massage bei Fußleiden erzielt werden können.

1. Patient, 19 Jahre alt, Mechanikerlehrling in einer Automobilfabrik, litt beidseitig an sehr schmerzhaften Knickplattfüßen. Der rechte Fuß war bereits stark versteift. Die Wadenmuskulatur war als Folge von Unterernährung fast gänzlich atrophiert. Patient wurde jeden zweiten Tag massiert mit anschließender passiver und aktiver Gymnastik. Zugleich erhielt er bei Beginn der Behandlung Fußstütz-Einlagen, außerdem wurden die Füße mit elastischen Binden eingebunden, in der Weise, daß die Knöchel der inneren Längswölbung stark gehoben wurden. Nach zehn Massagen konnte der Jüngling bereits aus der Behandlung entlassen werden. Bei der kurz darauf folgenden Ausmusterung wurde er diensttauglich erklärt und absolvierte kurz nachher die Rekrutenschule ohne irgend welche Beschwerden. Ein Rückfall ist seither nicht eingetreten.

2. Patientin, 48 Jahre alt, von Beruf Hebamme in einem größeren Dorf des Kantons Baselland, klagte über große Müdigkeit sowie Schmerzen in den Füßen und Beinen. Befund: komplette, schon ziemlich stark versteifte Knickplattfüße. Der untere Rand des Kahnbeins war Auftrittsstelle und mit Hornhaut bedeckt! Patientin wurde außer Sonntags täglich massiert. Außerdem erhielt sie wie beim oben beschriebenen Fall sorgfältig angepaßte Fußstütz-Einlagen und Bandagen. Mit zwanzig

Massagen und der üblichen nachfolgenden passiven Gymnastik (außerdem führte Patientin zu Hause regelmäßig zweimal täglich aktive gymnastische Uebungen durch, wie sie weiter unten beschrieben sind), war der Fuß so gebessert, daß Patientin wieder vollständig schmerzfrei war. Die innere Längswölbung hatte sich in der kurzen Zeit von drei Wochen so gehoben, daß das Kahnbein wieder seine normale Lage einnahm. Dieser Erfolg ist umso bemerkenswerter, als Patientin schon in einem Alter war, wo ein so gutes Resultat überhaupt nicht mehr zu erwarten ist.

Als Ergänzung meines früheren Artikels über Massagebehandlung bei Fußleiden möchte ich nachstehend die in Betracht kommenden gymnastischen Uebungen angeben. Die passive Gymnastik besteht in Rollen der Füße nach innen und außen. Sodann Strecken und Beugen des Fußes in den Sprunggelenken. Ferner Auf- und Abwärtsbewegen in den Fußwurzel-Mittelfußgelenken (Lisfranc'sches Gelenk), sowie der Zehengrundgelenke und Zehengelenke.

Als aktive Uebungen kommen hauptsächlich folgende in Frage:

1. Fußrollen nach außen und innen;
2. Fußwippen, d. h. Heben und Senken des Fußes bzw. der Ferse;
3. Heben und Senken der innern Fußränder;
4. Gehen auf den äußern Fußrändern;
5. dito mit entgegengesetzten Zehen;
6. Gehen auf den Fußspitzen;
7. dito mit entgegengesetzten Zehen;
8. Kniebeugen und -strecken (in der Abwärtsbewegung aus-, in der Aufwärtsbewegung einatmen);
9. Froschhüpfen, d. h. Hüpfen in der Kniebeugstellung.

Alle Uebungen (außer 5 und 7) geschehen mit parallel gestellten Füßen. Die beiden letztgenannten Uebungen sollen möglichst entspannt ausgeführt werden. So einfach die beschriebenen Uebungen erscheinen, so verblüffend sind sie in ihrer Wirkung.

Die passiven Uebungen bilden gewöhnlich den Abschluß der Massage. Die aktiven Uebungen nehme ich nur die ersten zwei- bis dreimal und zwischen hinein zur Kontrolle nach der Massage vor, sonst führt der Patient dieselben ein- bis zweimal täglich (beim Aufstehen und beim Zubettegehen) zu Hause aus. Es empfiehlt sich, die Füße auch während der Nacht eingebunden zu lassen bzw. vor dem Schlafengehen einzubinden, besonders auch dann, wenn sie tagsüber nicht eingebunden werden können mangels an Platz in den Schuhen. Ich habe damit sehr gute Erfahrungen gemacht, indem dadurch die Verkürzung der ver-  
streckten Muskulatur beschleunigt wird.

Ein vorzügliches Mittel zur Stärkung der Fuß- und Beinmuskulatur ist außer Massage und Gymnastik das Barfußgehen auf unebenem Gelände (in Feld und Wald, keinesfalls auf geteerten oder asphaltierten Landstraßen). Ich empfehle dasselbe daher gerne. Einreibungen mit Franzbranntwein oder Schnaps sind ebenfalls gut, desgleichen Wechselfußbäder.

Bei Schmerzen oder großer Empfindlichkeit erhält Patient vor der Massage ein warmes Fußbad oder eine Föhn-Dusche, wodurch bestehende Spannungen und Verkrampfungen gelöst und die Schmerzhaftigkeit und Empfindlichkeit herabgesetzt wird, sodaß dann die Massage viel besser vertragen wird.

W. Heiz.

## **VII. Schweiz. Masseurtag in Zürich.**

Am 8./9. Oktober 1932 findet der VII. Masseurtag in Zürich statt. Die Sektion Zürich ist stolz darauf, daß sie als festgebende Sektion auserwählt wurde. Ihr stets rühriger und arbeitsfreudiger Vorstand hat ein vielversprechendes Programm ausgearbeitet. Wie wir aus demselben lesen können, will diese Veranstaltung nicht nur das Anhören von Protokollen, Geschäftsberichten und Berufsdebatten servieren. Nebst einem sehr interessant werden den Vortrag über: „Die Massage in den französischen Kriegslazaretten während des Weltkrieges“ wird auch dem gemütlichen Beisammensein in weitgehendem Maße Rechnung getragen. Ein Jodler-Doppelquartett wird für die nötige Unterhaltung sorgen, selbst den Tanzlustigen wird Gelegenheit geboten ihre Künste zu zeigen. Die Bernerkollegen sollen den Beweis erhalten, daß Jodel und Volksgesang auch in Zürich daheim sind. Daß die Zürcherkollegen ihren Gästen den erst vor einigen Jahren neuangelegten Zoologischen Garten zeigen wollen, ist sehr nahelegend. Der Masseurtag soll unsere Kolleginnen und Kollegen einander wieder näher führen, sie sollen einander als wirkliche Kollegen und nicht als Konkurrenten kennen lernen. Erfahrungsgemäß sind derartige Veranstaltungen für unser Verbands- und Berufsleben von nicht zu unterschätzender Bedeutung.

## **Aus der Sektion Aargau.**

Die diesjährige Frühjahrsversammlung fand Sonntag den 10. April, nachmittags 2 Uhr, im Hotel-Restaurant Traube in Ennetbaden statt. Anwesend waren 10 Mitglieder. Als Gäste durften wir begrüßen: die Herren Zentralpräsident Weser, Redaktor Küng und Gibel, Präsident unserer Nachbarsektion Zürich.

Herr Vizepräsident Hartmann erstattete einen ausführlichen Bericht über die Delegierten-Versammlung. Es wurde mit Ge-