

Objekttyp: **TableOfContent**

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

Band (Jahr): - **(1971)**

Heft 237

PDF erstellt am: **22.07.2024**

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.

Inhalt: Die gesunde, fehlerhafte und krankhafte Haltung — Die Wassergymnastik bei Schmerzzuständen im lumbalen Bereich des Rückens — Aus den Sektionen — Kongresse und Tagungen — Fachliteratur — Expérience d'une rééducation globale

*Universitätsrheumaklinik und Institut für Physik. Therapie
(Direktor: Prof. Dr. med. A. Böni)*

Die gesunde, fehlerhafte und krankhafte Haltung

H. Baumgartner

Begriff der Haltung

Die Entwicklung vom Vierbeiner zum aufrecht gehenden Zweibeiner hat dem Menschen eine beispiellose Entfaltung des geistigen Horizontes beschert, ihn aber zugleich auch mit Hexenschuss und Ischias gestraft. Schon der vor ca. 40 000 Jahren lebende Neanderthaler hat diese artspezifische Anpassung an die funktionellen Anforderungen des aufrechten Stand und Ganges mit Rückenschmerzen bezahlen müssen, was die aus jener Zeit aufgefundenen Wirbelkörper deutlich beweisen. Nach *Schede* wird die Haltung deshalb zu Recht als Ergebnis des Kampfes zwischen Schwerkraft und Aufrichtung betrachtet. Dieser Kampf um Stabilisierung führt jedoch dazu, dass der Mensch nicht eine Haltung einnehmen kann, welche als die normale Haltung definiert werden kann. Eine normale Haltung kommt nicht einer militärischen Achtungsstellung gleich, die von jedem Menschen gleichermaßen erzwungen werden muss.

Die Vielfalt der noch als normal anzusprechenden Haltungen ist die Resultante der Muskeltätigkeit der Rückenstrecker, Thorax- und Bauchmuskulatur, um die Stabilisierung im Stande zu erhalten. Es muss diejenige Haltung als normal angesehen werden, welche den kleinsten Energieverbrauch verlangt, um beibehalten werden zu

können. Mit Hilfe der Elektromyographie kann die Aktivität der einzelnen Muskeln beurteilt werden und diese Methode vermittelt einen klaren Begriff der Normalhaltung. Vergleichen wir in entspannter Ruhe und in Achtungsstellung die elektromyographischen Ableitungen einiger statischer Muskeln, so finden wir in der sogenannten entspannten normalen Haltung praktisch keine muskuläre Aktivität, wogegen in der Achtungsstellung viele Muskeln in maximaler Innervation sich befinden, wie zum Beispiel die Glutäalmuskulatur, welche ja das Becken im Stehen aufrichtet und die Lendenlordose ausgleicht.

Wir können also nach *Wagenhäuser* die normale Haltung dadurch definieren, dass die harmonischen physiologischen Krümmungen der Wirbelsäule mit minimaler Haltungsleistung ohne vermehrte, zusätzliche Kompensationsarbeit des Muskelbandapparates im Bereiche von Rücken, Rumpf, Becken oder der untern Extremitäten aufrecht erhalten werden können. Ein Mensch mit dieser Haltung ist morphologisch und funktionell haltungsgesund. Entsprechend dieser Definition setzt sich die normale Haltung aus zwei, nämlich dem morphologisch-statischen und dem funktionell-dynamischen Element zusammen. Der morpho-