

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 71 (1993)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Was ist Chiropraktik?  
**Autor:** Supersaxo, Claude  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-723750>

### **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**

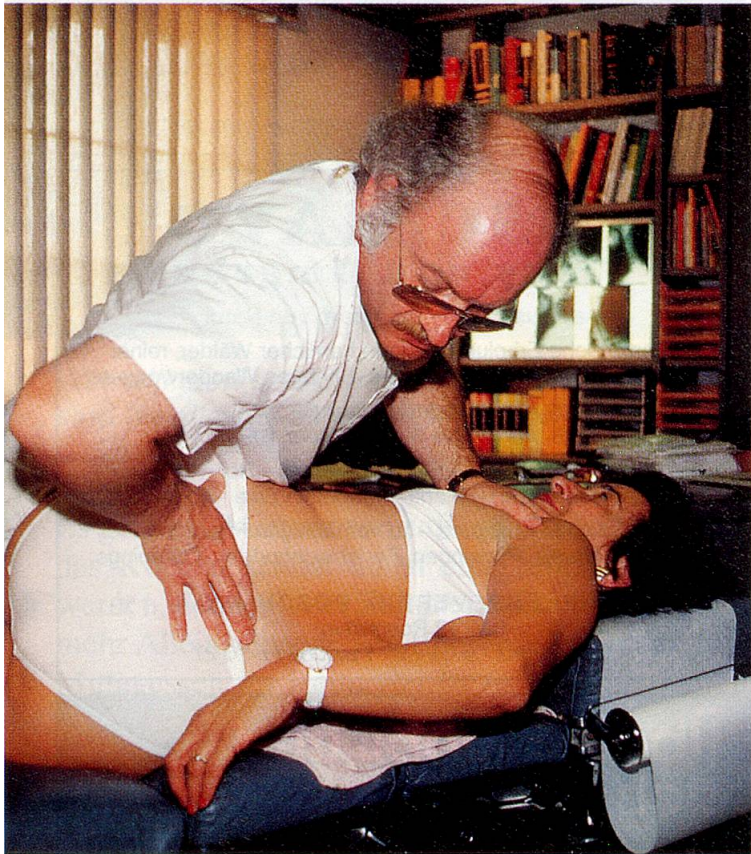
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 22.01.2025

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



# Was ist Chiropraktik?



Behandlung der unteren Lendenwirbelsäule mit feinem und schmerzlosem Impuls.

**I**n der Schweiz leidet mehr als die Hälfte der Bevölkerung an häufigen oder ständigen Wirbelsäulen- und anderen Gelenkbeschwerden. Nicht nur ältere Menschen sind davon betroffen, sondern auch Jugendliche und Kinder. Diese Beschwerden haben oft noch andere Störungen zur Folge: z. B. Muskelverkrampfungen, Schwindel, Kopfschmerzen, ausstrahlende Schmerzen in den Beinen und Pseudo-Herzbeschwerden. Hauptgründe für diese teilweise sehr langwierigen und schmerzhaften Gesundheitsschäden sind die bewegungsarme, häufig sitzende Lebensweise und Fehlhaltungen.

Mit Chiropraktik können gewisse Wirbelsäulen- und Gelenkbeschwerden ohne Chirurgie und im Normalfall auch ohne Medikamente gelindert oder geheilt werden, das gilt für reversible, also heilbare, funktionelle Störungen des Bewegungsapparates – insbesondere der Wirbelsäule, des Nervensystems, der Muskeln, Sehnen und Gelenke – nach Unfällen und kurzen oder dauernden Fehlbelastungen.

## Die chiropraktische Behandlung

Wie bei jeder medizinischen Behandlung geht bei der Chiropraktik eine umfassende Untersuchung voraus. Neben der Krankengeschichte ist die Körperhaltung des Patienten und sein Bewegungsablauf von grosser Wichtigkeit. Dem Chiropraktor stehen neben orthopädischen und neurologischen Untersuchungen in erster Linie die Palpation, das Abtasten der Wirbelsäule, des Beckens und der peripheren Gelenke mit den Fingern sowie eine Funktionsprüfung zur Verfügung. Mit Röntgen- und Laboruntersuchungen wird die Diagnose überprüft, damit Tumore und Knochenbrüche ausgeschlossen werden, da hier keine manuelle Behandlung indiziert ist.

## Wie Chiropraktik wirkt

Im wesentlichen besteht die chiropraktische Manipulation aus einer spezifischen, mit einem minimalen Kraftaufwand durchgeführten Einwirkung manueller Art auf ein Gelenk, das in seiner Funktion gestört ist. Bei diesem Vorgang wird das blockierte Gelenk leicht über seine normale Beweglichkeit hinaus bewegt – jedoch ohne dass Kapsel, Bänder oder Weichteile verletzt oder beeinträchtigt werden. So kann – sofort oder mit einer gewissen Verzögerung – die Gelenkfunktion wiederhergestellt werden.

Diese schnelle, mit einem exakt dosierten Impuls ausgeführte Bewegung ist häufig mit einem hörbaren Knacken verbunden. Die Behandlung ist jedoch – richtig ausgeführt – nicht nur gefahrlos, sondern im allgemeinen auch schmerzfrei.

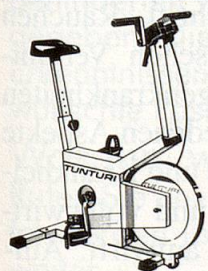


Der Chiropraktor baut seine Tätigkeit auf den drei Säulen Behandlung, Betreuung und Beratung auf. Das umfasst auch ein grosses Gebiet ausserhalb der eigentlichen manuellen Behandlung: vorbereitende Schritte zur Lockerung verspannter Muskeln, Reflextherapie und verschiedene physikalisch-therapeutische, aber auch orthopädische Massnahmen sowie die Beratung des Patienten in bezug auf einen möglichst schonenden Gebrauch seines Bewegungsapparates.

Oft engagiert sich ein Chiropraktor beispielsweise auch im Bereich der Gesundheitsvorsorge, individueller Gymnastikkurse und der «Rückenschulung» – nicht zuletzt für Diskushernien-Patienten. Langzeitstudien haben sich mit dem Erfolg verschiedener Therapien von Wirbelsäulen- und Gelenksbeschwerden und den davon ausgehenden Störungen befasst. Sie zeigten, dass die chiropraktische Behandlung kostengünstig ist, dass sie unnötige Operationen vermeiden hilft und die körperliche Einsatzbereitschaft rascher wiederherstellt.

Der Chiropraktor, der Dr. der Chiropraktik, wird von der schweizerischen Gesetzgebung als selbständiger Vertreter der Heilkunde anerkannt. Seine Leistungen werden von den Krankenkassen, den Privatversicherern, der SUVA und der Militärversicherung ohne Überweisung z. B. des Hausarztes übernommen.

*Dr. Claude Supersaxo  
Chiropraktor*



**Nicht rasten und rosten . . .**

. . . lieber frisch und gesund bleiben mit modernen TUNTURI-Fitnessgeräten.

- TUNTURI-Ergometer
- TUNTURI-Heimtrainer
- TUNTURI-Rudergehäte
- TUNTURI-Krafttrainer

● TUNTURI-Laufbänder etc.

Nicht zuwarten, sofort BON senden – starten!

**BON** Bitte Prospekt und Bezugsquellen-Nachweis senden

Name/Adresse: \_\_\_\_\_ ZL

**GTSM MAGGLINGEN** TEL. 01/461 11 30  
2532 Magglingen 8003 Zürich Aegertenstr. 56



**Gesundheit  
und  
Lebensfreude.**

Bereits ab Fr. 105.– Tagespauschale pro Person können Sie im Kur- und Aktivzentrum Hotel Zurzacherhof einmalige Gesundheitsferien geniessen. Verlangen Sie jetzt ausführliche Informationen – vorbeugen ist immer noch besser als heilen:

- Badekur-Pauschale
- Gesundheitswochen (Wellness-Fitness-Regeneration)
- Entschlackungskur
- Seniorenwochen (Badekur mit Gedächtnistraining)
- Individuelle Ferien-/Kurangebote, ärztlich betreute Erholungskuren (Kurabteilung)
- Wochenend-Arrangement
- Hauseigenes "Zentrum für ganzheitliche Prävention und Therapie"

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Ausschneiden und an untenstehende Adresse senden.



HOTEL

**ZURZACHERHOF**

KUR – UND AKTIVZENTRUM

8437 BAD ZURZACH  
TEL. 056 49 01 21, FAX 056 49 12 50

BAHR PARTNER BSW



## Broschüren der Krebsliga

- Die Broschüre «Krebs und Ernährung» enthält keine Rezepte, lüftet aber manches Geheimnis über die Zusammenhänge zwischen Ernährung und Gesundheit.
- Die Publikation «Ratschläge zur Ernährung bei onkologischer Behandlung» beinhaltet Tips und Rezepte für Krebspatientinnen und -patienten, die während einer Chemo- oder Strahlentherapie Ernährungsprobleme haben.
- Mehr als die Hälfte aller Krebspatientinnen und -patienten müssen sich früher oder später einer Radiotherapie unterziehen. Für sie ist die Broschüre «Die Radioonkologie» gedacht. Sie soll helfen, Ängste vor der «Bestrahlung» abzubauen, Missverständnisse aus dem Weg zu räumen und das Vertrauen in die Behandlung zu stärken.

Die drei Broschüren können gratis über Telefon 157 30 05 (Fr. 1.40 pro Minute) bestellt werden. Die Broschüren sind auch auf französisch und italienisch erhältlich.

## Broschüren der Herzstiftung

Wer sich über den Herznotfall und die Prävention der Herzkranzgefässerkrankungen informieren will, kann bei der Herzstiftung die Broschüren «Herznotfall – jede Minute zählt» bzw. «Herzhaft gesund» bestellen.

Auch den Patienten und Patientinnen will die Herzstiftung mit Rat zur Seite stehen. In einer Schriftenreihe werden auf leicht verständliche Art Ursachen, Diagnose, Behandlungsmöglichkeiten, Verhaltensratschläge zu folgenden Themen erläu-

tert: «Herzklappenoperation», «Der Herzschrittmacher», «Angina pectoris», «Herzinfarkt: wie weiter?», «Die koronare Bypass-Operation» und «Herzinsuffizienz».

Diese Publikationen können bestellt werden bei: Schweizerische Herzstiftung, Postfach 176, 3000 Bern 15.

## Kopfschmerzen – Migräne

Nur wer unter Kopfschmerzen und Migräne leidet, weiss, was das bedeutet. In der Schweiz sind schätzungsweise zwei Millionen Menschen davon betroffen – zunehmend auch Kinder. Die «prüf mit»-Sonderausgabe «Kopfschmerzen – Migräne» hilft, die Krankheit in ihren verschiedenen Formen (chronische Kopfschmerzen, Migräne, Spannungskopfschmerzen oder Schmerzmittel-Kopfschmerzen) besser zu verstehen, und informiert über Behandlungsmöglichkeiten. Dabei werden Nutzen und Risiken von Medikamenten gegen Kopfschmerzen ebenso diskutiert wie Therapien ausserhalb der Schulmedizin. Die Broschüre ist das Resultat einer Zusammenarbeit der deutschen Stiftung Warentest, dem österreichischen Verein für Konsumenteninformation und dem Konsumentinnenforum Schweiz. Mit einer Tabelle können die im Text diskutierten Wirkstoffe und Medikamente ins «Schweizerische übersetzt» werden.

Die «prüf mit»-Sonderausgabe «Kopfschmerzen – Migräne» ist an Kiosken oder unter Telefon 01/252 39 14 beim Konsumentinnenforum erhältlich. Sie kostet Fr. 16.80.

## Rauchen und Gesundheit

Die neu aufgelegte Informationsschrift «Rauchen und Gesundheit» der Schweizerischen Vereinigung gegen Tuberkulose und Lungenkrankheiten (SVTL) orientiert über die verschiedenen Aspekte des Rauchens, wie Abhängigkeiten und Krankheiten entstehen, welche politischen und volkswirtschaftlichen Fragen das Rauchen aufwirft. Aufhörwillige finden Anregungen und Informationen. Die Broschüre enthält ein Adressverzeichnis mit Organisationen, die praktische Hilfe anbieten, und ist in deutscher und französischer Sprache erhältlich.

Bestellungen mit einem Rückantwortcouvert (C5) bei: SVTL, Falkenplatz 9, Postfach, 3001 Bern.

Anzeige

## Bessere Merkfähigkeit

Nach Einnahme von Ginseng lässt sich schon nach 2 bis 3 Tagen bei über 40jährigen eine Stimulierung der Hirntätigkeit beobachten = bessere Merkfähigkeit.

(Eduard Jenny)

## Echter koreanischer roter Ginseng

Zweimonats-Kur Fr. 59.– plus Versand

GINSENG HOUSE, Seefeldstrasse 40, Zürich  
Telefon 01/261 36 12, Mo–Fr 11.00–18.30 Uhr