

Bisherige Erfahrungen mit der dreidimensionalen Skoliosebehandlung nach Schroth

von F. Grumeth

Die heilgymnastische Behandlung der idiopathischen Skoliose ist der Versuch, der zunehmenden Verkrümmung entgegenzuwirken. Sie muß aber konsequent mindestens bis zum Ende des Wirbelsäulenwachstums durchgeführt werden, denn nur ein permanenter Widerstand gegen die Verformung kann ihre Progredienz beeinflussen. Jeder, der Erfahrung mit der Heilgymnastik

hat, weiß, daß mit Jugendlichen eine über Jahre gehende regelmäßige Gymnastik schwierig durchzuführen ist. Wegen der fehlenden Einsicht für die Notwendigkeit der Übungen erlischt über kurz oder lang ein anfangs noch so großer Übungseifer. Eine Gymnastikform, die diese Hürde dadurch leichter überwindet, daß sie die Eigenverantwortlichkeit des Patienten für den

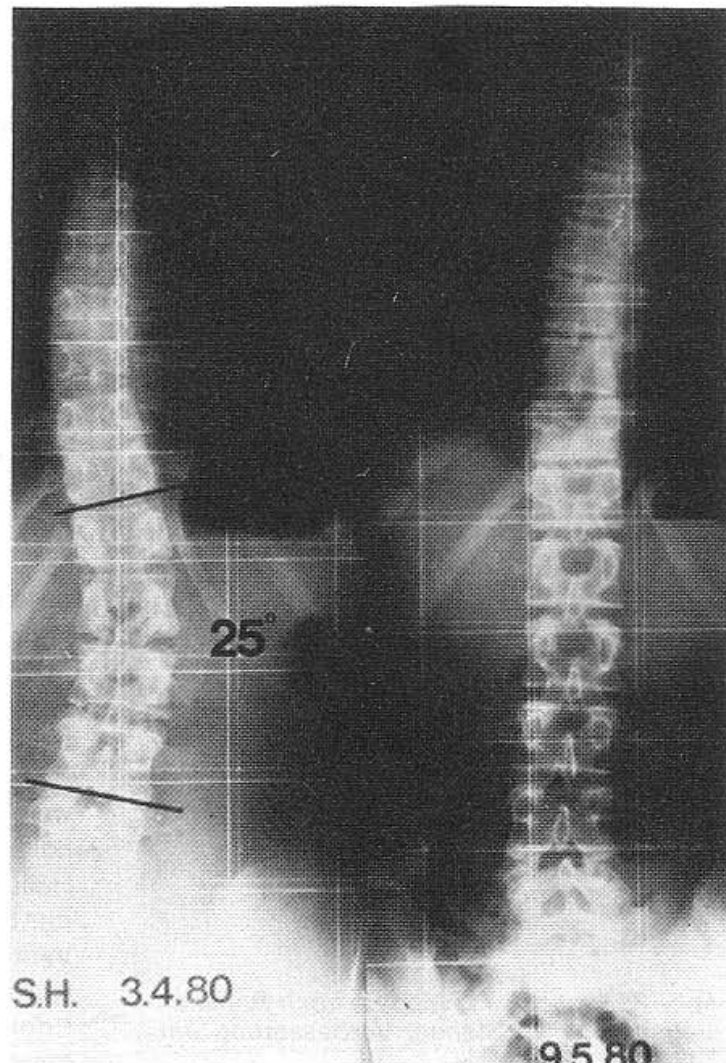
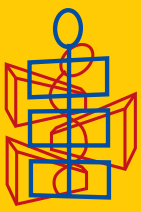


Abb. 1: a) Skoliose im Stehen, b) die Skoliose ist fünf Wochen nach Behandlungsbeginn durch die angegebene aktive Korrektur voll korrigierbar.



Erfolg deutlich macht und daher mehr Anreiz zum selbständigen Weiterüben bietet, ist die dreidimensionale Skoliosebehandlung, die vor 60 Jahren von *Katharina Schroth*, sie hat selbst eine Skoliose, am eigenen Körper entwickelt wurde. Dreidimensional deshalb, weil damit die Verformungen in der Sagittal- und Frontalebene sowie die Rotation behandelt werden. Ihr Ziel ist die bleibende Änderung der Haltung.

Am Beginn der Intensivbehandlung wird

dem Patienten seine Fehlform zunächst bewußt gemacht und ihm dann beigebracht, wie er sie korrigieren und die bestmögliche Haltung erreichen kann. Bei allen Übungen wird zuerst das Becken, das sich immer in einer Fehlstellung befindet, korrigiert und anschließend die Wirbelsäule aufsteigend gestreckt und derotiert. Die Derotation, bzw. der Impuls dazu, wird durch die gezielte Inspiration gegen die Thoraxrotation, also nach ventral auf der Seite des Rippenbuckels und nach dorsal auf der gegenüberliegenden Seite, erreicht. Die Rippen werden dadurch gehoben und wirken als Hebelarme derotierend auf die Wirbelkörper. Mit Hilfe dieser Übungen nähert sich der Patient der ihm möglichen optimalen Haltung und durch das Üben dieser Haltung als Stereotypie wird sie schließlich unbewußt eingenommen und stellt so ein dauerndes Gegengewicht für die Verkrümmung dar. Weil der Patient lernt, selbst seinen Körper zu formen und die günstige Wirkung auf die Haltung bald merkt, begreift er leichter, daß nur er selbst für Erfolg oder Mißerfolg verantwortlich ist, wodurch er eher von sich aus zu Hause weiterübt. Seit 1½ Jahren führen wir auf der Stolzalpe die Skoliosegymnastik nach der Methode *Schroth* durch. Ich kann daher noch keine Langzeitergebnisse bringen, aber wir haben den Eindruck, daß die Progredienz günstig beeinflusst wird.

Anhand der Röntgenbilder möchte ich die Wirkung der Methode demonstrieren. Das eine zeigt die mögliche Korrektur während einer Übung (die Wirbelsäule wird fast gerade) und das andere zeigt die Kontrolle nach sieben Monaten im normalen Stehen (thorakal und lumbal kam es zu einer Besserung von je 2 Grad). Natürlich gibt es, je nach der Rigidität der Wirbelsäule, auch weniger eindrucksvolle Fälle, aber selbst wenn das Röntgen unverändert bleibt, kommt es immer zu einer Besserung des Haltungsbildes. Das Beispiel zeigt, daß mit der Skoliosebehandlung nach *Schroth* der Verkrümmung wirksam entgegengetreten werden kann, wobei es für uns bereits ein Erfolg ist, wenn die Progredienz aufgehalten wird.

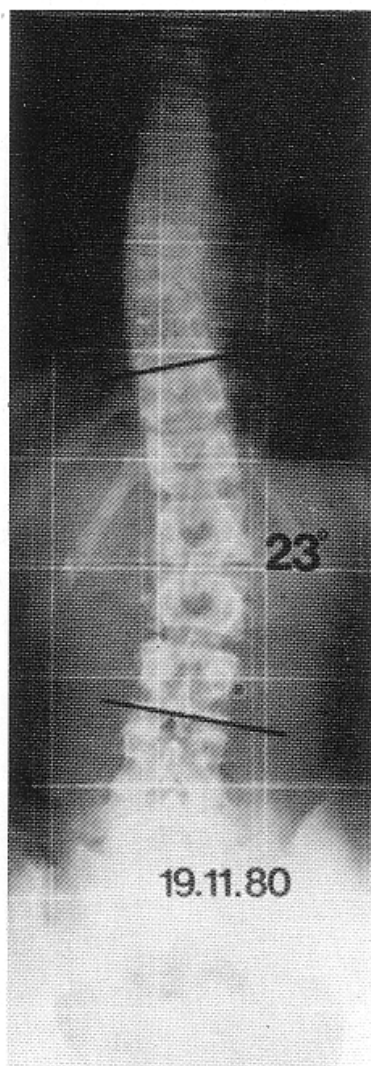
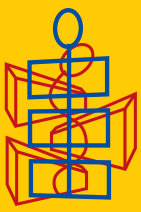


Abb. 2: Skoliose 7½ Monate nach Behandlungsbeginn im Stehen, Verbesserung um 2 Grad.



Christa Lehnert-Schroth

Dreidimensionale Skoliosebehandlung

nach Katharina Schroth.

Sollte eine Miederversorgung notwendig sein, ist die Kombination: Aktives Milwaukee-Korsett und dreidimensionale Skoliosebehandlung nach *Schroth* ideal, denn bei diesem Mieder erfolgt die Korrektur auch im Sinne der dreidimensionalen Gymnastik. Dadurch, daß bei der Methode nach *Schroth* alle skoliotischen Veränderungen der Wirbelsäule behandelt und die Haltung bewußt geändert werden, erscheint sie uns als die

ideale Skoliosegymnastik. Die Möglichkeit, die eigene Skoliose bewußt korrigieren zu können, ist ein starker Anreiz zum selbständigen Weiterüben, denn das durch die Intensivbehandlung Erreichte muß zu erhalten versucht werden und nur durch das tägliche Training bleibt die Muskulatur in dem Zustand, daß sie ständig der Verformung der Wirbelsäule entgegenwirken kann.



Sonderdruck aus
Buchreihe für Orthopädie und orthopädische Grenzgebiete
(Herausgeber: K. F. Schlegel)

Seite 113—118

Band **5**

Die Skoliose

Herausgegeben von F. Meznik und N. Böhler



Medizinisch Literarische Verlagsgesellschaft mbH - Uelzen