www.inter-uni.net

Zur Wirkung der Elementaren Gesundheitspflege nach Erna Weerts® auf die körperliche Situation einer Klientin mit Restless Legs Syndrom

Strukturierte Zusammenfassung

Autorin: Susanne Kitsos
Betreuer: Albrecht Warning, Christian Endler

Einleitung

Hintergrund und Stand des Wissens

Beschrieben wurde das Bild der unruhigen Beine schon um 1672 (Thomas Willis). Zu den Ursachen gibt es Thesen, die jedoch noch nicht als abgeschlossen gesichert gelten (CJ Early et al., Trenkwalder et al.). Die Möglichkeiten zur Therapie liegen überwiegend im Pharmakologischen Bereich.
Es wird in einer Anwendungsbeobachtung/Einzelfallstudie die Wärmestimulation aus der Elementaren Gesundheitspflege nach Erna Weerts® angewendet, um eine mögliche Therapie im nicht-pharmakologischen Bereich zu untersuchen.

Forschungsfrage

Kann die Anwendung der Elementaren Gesundheitspflege nach Erna Weerts® die körperliche Situation der Klientin mit Restless Legs Syndrom (RLS) verändern?

Methodik

Design

Im Rahmen einer Anwendungsbeobachtung/ Einzelfallstudie wird aus der Elementaren Gesundheitspflege nach Erna Weerts® die Wärmestimulation angewendet. Die Klientin wird zweimal pro Woche für 35-40 min. behandelt. (25 min. Behandlung, 10 min. Ruhezeit). Es wird anhand verschiedener Erhebungen der Zustand vor- und nach der Behandlung ermittelt: Wärmediagnose, Körpertemperaturmessung, Stimmfrequenzanalyse nach A. Heinen, Begleitfragebogen „prozessuale Korrespondenz“ von Charlotte Almer, Beurteilungsbogen zum Schweregrad des RLS, (IRLS), die Klientin führt ein Nachtprotokoll.

Teilnehmerin/ Klientin

72-jährige Klientin in gutem Allgemeinzustand, mit einer bewegten Kindheit. RLS Symptomatik seit ca. 20 Jahren.

Durchführung

Die Wärmestimulation wird durchgeführt beginnend an den Ohren, weiter über das Hinterhauptsloch, Schilddrüse, Schultern, Hüften. Es folgt ein wellenförmiges Streichen von den Hüften zu den Füßen. Anschließend werden die Knie und Außenknöchel der Fußgelenke durchwärmt, dann beide Füße. Danach erfolgt ein „imaginäres" Streichen (Streichbewegung ohne Berührung) körpermittig nach kranial, weiter ohne Berührung an den Seiten des Kopfes abwärts, mit Berührung an den Schultern und zunehmendem Druck Richtung Füße, mit abschließendem Druckkontakt an den Fußsohlen. An jeder Position verweilen die Hände des Therapeuten ca. 3 Minuten.

Ergebnisse

Überblick

Fragebogen zur Schweregradeinteilung: Von 21 Punkten, schweres RLS während der Therapiezeit auf 11 Punkte mittelgradig reduziert, nach 10 Wochen ohne Behandlung Beschwerdezunahme auf 20 Punkte mittelgradiges RLS.
IRLS-Gesamtscore: 0 = kein RLS, 1-10 = mildes RLS, 11-20 = mittelgradiges RLS, 21-30 = schweres RLS, 31-40 = sehr schweres RLS
Bei der Stimmfrequenzanalyse zeigt sich unter der Therapie eine deutliche Abnahme der Stressstufe bis zur 4.Therapie, danach kommt es zu keiner weiteren Veränderung mehr. Die Selbstregulationsfähigkeit steigt von Score 6 (völlige Aufhebung der Selbstregulationsfähigkeit), zu einem Score von minimal 2 (Score 1=ausgezeichnete Regulationsfähigkeit). Nach der 6. Therapie fällt die Fähigkeit wieder auf die Stufe Score 5 ab. Dieser Änderungszeitpunkt fällt mit dem Auftreten des Fersenspornes zusammen.
Auswertung der Nachtstatistik: Die Anzahl des nächtlichen Erwachens sinkt, der Unruhestatus vermindert sich deutlich. Durch die Aufzeichnung der Wärmediagnostik wird sichtbar wie im Laufe der Behandlung die kühlen Körperregionen als warme Regionen zu tasten sind. Es entsteht eine ausgeglichene Wärmeverteilung.
Beim Fragebogen der „prozessualen Korrespondenz" gibt die Klientin an, keine externe Wärmequelle mehr zum Einschlafen zu brauchen und verschiedene Körperregionen als warm wahrzunehmen.

Besonderheiten

Die Klientin hat während der Therapiezeit einen Fersensporn an der rechten Ferse entwickelt, der sie an ihrem gewohnten Tagesablauf hindert. Die Spaziergänge zur Linderung der unruhigen Beine sind nicht mehr möglich. Trotzdem zeigen die Dokumentationen eine deutliche Verbesserung der RLS Beschwerden.

Diskussion

Zur Wirkung von Wärme und Kälte auf die Symptome des RLS wird meist Wärme als verstärkender Faktor genannt (RLS e.V. Deutsche Restless Legs Vereinigung). In Internet-Foren für Betroffene gehen die Meinungen in den Erfahrungsberichten auseinander. Es wurde in Internetrecherchen keine Therapieform bei RLS gefunden, die mit Wärme arbeitet. Behandlung mit Wärme kann als kontraindiziert gelten. Es muss also davon ausgegangen werden, dass die regulative Wirkung des Resonanzfeldes der Handfläche, verstärkt durch die in der Elementartherapie übliche Handhaltung der Hohlhand die positiven Veränderungen bewirkt hat. Die Wärme ist nur ein Teil, den man aus dem Infrarotbereich wahrnimmt. Die Charakteristik der körpereigenen Wärme ermöglicht den unmittelbaren lindernden Prozess einzuleiten im Sinne der Selbstregulation, während im Gegensatz dazu die Wärme aus leblosen Wärmequellen (z.B. Wärmflasche) im Körper als fremd erkannt und erst umgewandelt werden müsste, also als Fremdwärme eher einen provokativ abbauenden Reiz setzen würde.

Das Auftreten des Fersenspornes kann im Zusammenhang mit der Behandlung als Störfaktor gewertet werden. Das könnte auch eine Ursache im neurobiologischen Bereich sein, die den Organismus daran hindert die anfangs kontinuierliche Verbesserung weiter aufzubauen oder zu halten. Es kann angenommen werden, dass über die erreichte Linderung hinaus eine Blockade bestehen bleibt, die möglicherweise die Genesung behindert. Es könnte aber auch ein Stadium der Gesundung im Kontext der Hering´schen Regel sein. Da die Genese des Restless Legs Syndrom nicht ausreichend geklärt ist, lässt sich hier keine abschließende Ansicht bilden.

(Hering´sche Regel: Die Hering´sche Regel ist ein Beurteilungskriterium für den Behandlungsverlauf, nach dem sich die Symptome einer chronischen Krankheit von „oben nach unten“ und von „innen nach außen“, d.h. von „lebenswichtigeren zu den weniger lebenswichtigen Organen“, bessern sollen.)

Die Klientin hat nach der Therapiepause durch Röntgentiefenbestrahlung der re. Ferse keine Beschwerden mehr vom Fersensporn, die Beschwerden vom RLS haben wieder deutlich zugenommen, sodass sie momentan die Standartmedikation bei RLS einnimmt, sich jedoch parallel auf die Suche nach weiteren möglichen Ursachen zum RLS in ihrer Biografie macht. Die Behandlung mit Implantat -Akupunktur (Dr.med. Bernd Walter, Berlin) hat bisher keinen Erfolg gezeigt. Die Klientin strebt eine Untersuchung mit anschließender Behandlung im Institut für Gehirnforschung und Kommunikation, Günter Haffelder in Stuttgart, an und nimmt die Elementartherapie in Anspruch.

Zwar hat sich die Arbeitshypothese bestätigt: Die Anwendung der Elementaren Gesundheitspflege nach Erna Weerts konnte die körperliche Situation der Klientin mit Restless Legs Syndrom deutlich verbessern. Allerdings dauerte dieser Effekt nicht weit über die Dauer des Behandlungszeitraumes hinaus an. Es liegt nahe, dass der Behandlungszeitraum zu kurz war, um die regulativen Prozesse soweit zu stabilisieren, dass der Organismus sie selbständig halten kann. Es werden daher Untersuchungen mit längeren Behandlungszeiträumen vorgeschlagen.

Literatur

Antonovsky, A. : Salutogenese. Hrsg. Frank, A. Tübingen 1997

Arne Schäffler, Sabine Schmidt: Mensch, Körper, Krankheit. 2. Auflage, Gustav Fischer Verlag

AWMF online- Leitlinie Neurologie: RLS

CJ Earley et al., Abnormalities in CSF concentrations of ferritin and transferring in restless legs syndrome. Neurologie 2000

Clarenbach, P. , Benes, H.: Restless Legs Syndrom. Klinik Diagnostik, Therapie. 2. Aufl. UNI-MED Bremen v. a.2006

Claudia Trenkwalder et al. , The Restless legs syndrome Lancet Neurology 2005

Elementartherapie. In: Pschyrembel Pflege de Gruyter- Verlag, Berlin 2007

Grossharth- Maticek, R: Selbstregulation, Autonomie und Gesundheit

Heinen, Arno: Stimmfrequenzanalyse. (Vocalyse)

Henning et al. 1999

http//www.elementartherapie.de

Hüter, Gerald: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden.2. Aufl. Vandenhoeck&Ruprecht 2009

Nature Genetics, Advance Online Publication 27.7.2008, DOI: 10.1038/ng.190 (http://dx.doi.org/)

Pischinger, A.: Das System der Grundregulation, 4. Aufl. Haug-Verlag Heidelberg 1975

Popp, Fritz A.: Biophotonen- Neue Horizonte der Medizin. 3. Aufl. Haug-Verlag Stuttgart 2006

Weerts, Erna: Elementare Gesundheitspflege –Praxisanleitungen. Berlin 2009

www.haffelder.de

Zucconi et al. 2006