ZUSAMMENFASSUNG

www.inter-uni.net > Forschung

Die Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegman als Therapie bei Patienten mit einer Obstruktiven Schlafapnoe

Autorin: Sabine Radünz
Betreuer: Albrecht Warning

ZUSAMMENFASSUNG

EINLEITUNG

Bei der Obstruktiven Schlafapnoe handelt es sich um eine besondere und folgenschwere Form der Schlafstörungen, die unbehandelt nicht nur potentiell lebensbedrohliche Herzkreislauferkrankungen nach sich zieht. Aufgrund der mit der Schlafapnoe einhergehenden Tagesschläfrigkeit steigt das Unfallrisiko im Vergleich zu Gesunden um das 3,7 -fache an (ADAC, EUProjekt IMMORTAL 2005,). Dabei fallen die Unfälle und ihre Folgen besonders schwerwiegend aus. Für Deutschland zeigte eine Studie auf Autobahnen, dass eingeschlafene Fahrer für jeden vierten tödlichen PKW-Verkehrsunfall verantwortlich waren (ADAC).
Aus konventionell medizinischer Sicht kann die Obstruktive Schlafapnoe in den meisten Fällen nur symptomatisch behandelt werden und fällt mit verschiedenen chirurgischen oder mechanisch unterstützenden Maßnahmen auch ökonomisch ins Gewicht.

In der folgenden Arbeit soll ein Fall beschrieben werden, in welchem erkennbar wird, dass die Rhythmische Massage Einfluss auf die Ursache der Symptome der Obstruktiven Schlafapnoe nehmen kann und damit auch auf die meist durch diese Krankheit stark beeinträchtigte Lebensqualität des Patienten.
Das ganzheitliche Konzept der Rhythmischen Massage nach Dr. Ita Wegman, deren Haupt-Grundlage die Polarität zwischen Nervensystem und Stoffwechselsystem ist, vermittelt die Zusammenhänge der aufbauenden und abbauenden Kräfte und erweist sich als Grundgerüst zum Verständnis aller Prozesse im menschlichen Organismus in Gesundheit und Krankheit (R. S., GA 312).

Hauptfrage

Kann die Rhythmische Massage Einfluss auf die Ursache der Symptome nehmen, durch welche es zur Obstruktiven Schlafapnoe kommt und damit auch auf die meist durch diese Krankheit stark beeinträchtigte Lebensqualität des Patienten?

Hypothese

Schlafen und Wachen sowie Einatmen und Ausatmen sind ein rhythmisch geregeltes Geschehen. Über die Rhythmische Massage können diese Prozesse günstig beeinflusst, die Ursache durch welche es zu den Symptomen einer obstruktiven Schlafapnoe kommt, behandelt und die Symptome dadurch verändert werden.

Antithese

Die Obstruktive Schlafapnoe kann derzeit nicht ursächlich behandelt werden, da man die Ursache nicht kennt.

METHODE

Design
Der Forschungsfrage wird mit Hilfe einer prospektiven Anwendungsbeobachtung (Einzelfallstudie – Kienle, Kiene 2009) mit der Methode der Rhythmischen Massage nachgegangen.
Durchführung
Die Studie besteht aus einem Behandlungszyklus mit 10 Einzelbehandlungen.
Datengewinnung
Die Datengewinnung erfolgt aus den ärztlichen Befunden des Schlaflabors, einem ambulanten Kontroll Srceening (systematisches Testverfahren innerhalb eines definierten Prüfbereichs), einem eigenen Befundbogen, dem Begleitfragebogen „prozessuale Korrespondenz“ von C. Allmer und dem SF 36 der Firma HOGREFE Austria GmbH, sowie der Verlaufsdokumentation der Therapeutin.
TeilnehmerInnen
Teilnehmer dieser Fallbeschreibung ist ein männlicher Patient, 41 Jahre alt, die Ärzte des Schlaflabors und die Therapeutin für Rhythmische Massage, welche auch die Autorin dieser Arbeit ist.

ERGEBNISSE

Das Behandlungsziel des Patienten – Schwindelfreiheit, Verminderung der Müdigkeit und Steigerung der Leistungskraft - wurde nach dieser Therapieserie erreicht.
Im Befund des Schlaflabors waren nach diesem in dieser Arbeit beschriebenen Behandlungszyklus ein Drittel weniger Aussetzer festgestellt worden. (siehe Anhang S.69).
Neben den unmittelbaren und schnell eingetretenen Wirkungen wurden auch längerfristige Veränderungen beobachtet, die darauf beruhen, dass eine Eigenregulation angeregt werden konnte.
Um die Nachhaltigkeit der Behandlung zu überprüfen wurde nach einem Jahr nach Behandlungsbeginn anhand eins ambulanten Kontroll Screenings (systematisches Testverfahren innerhalb eines definierten Prüfbereichs) das vollständige fehlen von Atemaussetzern in der Nacht mit ununterbrochenem Atemfluss festgestellt. Seit den letzten Behandlungen im Dezember 2010 und Juni 2011, die den Sinn hatten den noch labilen Gleichgewichtszustand der Kräfteverhältnisse des Patienten zu unterstützen, hatten keine weiteren Behandlungen stattgefunden.
Die Lebensqualität (siehe Fragebogen im Anhang) und die Vitalität haben sich nach Aussage des Patienten verändert. Er kann sich vorstellen ganz zu den alten Kräften zu kommen, bewegt sich wieder sicher im Verkehr, führt wieder ein normales Leben inkl. leichtem Sport und den sozialen Kontakten, welche er auf Grund seiner Erschöpfung und ständiger Tagesmüdigkeit zurück stellen musste.
Die Ergebnisse dieser Einzelfallstudie im zeitlichen Ablauf dokumentiert:
Beginnend mit besserem Schlaf; auflebendem Bewegungsdrang; deutlich reduziertem Schwindel; Zunahme von Hunger und Appetit; Stuhlgang weicher und öfter; die Stimmung hebt sich; die Müdig-

keitsphasen reduzieren sich auf die Zeit nach dem Mittagessen; kann am Wochenende wieder länger schlafen; Bewegungsdrang steigert sich weiter; mehr Schaffenskraft; der Schwindel verschwindet ganz; Träume kommen wieder; verbesserte Konzentrationskraft; Angst und Panikzustände werden immer schwächer; keine Panik mehr; muss nicht mehr aus dem Auto aussteigen um sich durch Bewegung wach zu machen; deutliche Verstärkung der Libido und der sexuellen Kraft; beginnt eine Eigenwahrnehmung über den Zustand seiner körperlichen Gesundheit zu entwickeln und lernt einen maßvollen Umgang mit seinen Kräften.

DISKUSSION

Therapeutisches Ziel war es, die Polaritäten Außenrhythmus, der sich durch die Atmung offenbart und Innenrhythmus, der sich durch den Pulsschlag zeigt, in einen neuen Zusammenhang zu bringen und das Verhältnis zueinander neu zu ordnen. Über die Beschreibung Dr. Rudolf Steiners der maßgebenden Rhythmen innerhalb der Regelkreise des Nerven-Sinnes-Systems, zu welchem auch die Atmung gehört und des Stoffwechsels, ist es möglich das Ungleichgewicht im Verhältnis beider Pole wie es im Kapitel der ausführlichen Einleitung beschrieben ist, an den Symptomen zu erkennen und über das Gewebe zu behandeln.
Über die Stärkung und Vertiefung der Atmung sollte eine größere Wachheit des Patienten, vermehrte nächtliche Spannung in der Muskulatur, wie auch eine Belebung der Stoffwechselkräfte erreicht werden.

Auf welche Ebene wirkt die Rhythmische Massage ein?
Die rhythmisch und saugend tätigen Hände des Therapeuten wirken über die Haut und das Gewebe auf die flüssige Substanz (extrazelluläre Grundsubstanz, Matrix) zwischen den Zellen ein, die alle Strukturen in einem Organismus miteinander vernetzt. Sie ist ein alles verbindendes, veränderbares Medium.
Die Grundsubstanz hängt funktionell mit den endokrinen Zentren und den Nervensystemen zusammen. Beide übergeordneten Systeme sind im Hirnstamm und Hypothalamus miteinander verbunden. Im Ganzen wird dadurch ein System der Grundregulation gebildet. Im Zentrum der peripheren Regulation stehen im Bindegewebe vorkommende Zellen (Fibroblasten) die eine wichtige Rolle bei der Synthese von Fasern und der extrazellulären Matrix, spielen (Pischinger A., Heine Hartmut).
Sie reagieren auf jede Form des Informationseinganges ohne zwischen zuträglicher und beeinträchtigender Information zu unterscheiden. Werden aufgrund von anhaltendem Stress (dauerhaft und lang anhaltende unabwendbare Überforderung auf die Psyche oder den Organismus eines Menschen) aus den Endigungen vegetativer Nervenfasern ständig Katecholamine (körpereigene Stoffe, die eine anregende Wirkung auf das Herz-Kreislaufsystem haben) freigesetzt, so führt dies zu einer dauerhaften Veränderung der Zusammensetzung der Grundsubstanz mit veränderter Reaktivität aller Regelkreise.
Die Behandlung durch die Rhythmische Massage aktiviert bei der Obstruktiven Schlafapnoe die periphere Atmung (Haut- und Gewebeatmung), reichert den Organismus über das lebendige Strömen der Grundsubstanz, mit Sauerstoff an und reduziert darüber den CO2 Gehalt. Infolge beginnt sich die Lungenatmung, meist schon nach wenigen Behandlungen, zu verstärken und zu vertiefen. Der Atemrhythmus beginnt dem Stoffwechselrhythmus und -geschehen in notwendiger, kräftigerer Weise zu begegnen, wodurch dieser veranlasst wird sich intensiver mit der, den unbewussten Vorgängen des Organismus, Widerstand gebenden Atmung auseinander zu setzen.
„Diese Art der Körperbehandlung beruht noch auf der Einsicht, dass das Eindringen der oberen Kräfte von außen über das Nerven-Sinnes-Systems in den Leib die unbewussten Lebensvorgänge (Wachs-

tum, Tonus, Drüsentätigkeit) genauso von innen anregt, wie sie bei der Pflanze von außen aus dem Kosmos angeregt werden. Das heißt, es findet ein Richtungswechsel der Atmung statt. Die von außen nach innen gerichtete „äußere“ Atmung wird zum inneren Impulsator und verändert ihre Wirkung und Wirkungsrichtung von innen nach außen. Sie wird zu einer aufbauenden Kraft, die von innen nach außen wirkt dadurch, dass die von außen wirkenden Kräfte dem inneren unbewussten Geschehen einen Widerstand entgegen setzt, welchem es prozesshaft zu begegnen gilt. Darin besteht die Entwicklung einer aufbauenden Wirkung. Eine äußere Kraft regt zu einer weiteren inneren Kräftebildung durch die Überwindung dieser an. Sie wird gestaltet und erkraftet durch den Widerstand. (R.S., GA 128, S. 159)

Die Erkenntnisse der Regulationsbiologie, dass Reize geringer Intensität zu biopositiven Antworten führen, welche die Lebensvorgänge anregen und der Organismus sich so anpassen kann und Reize großer Intensität zu bionegativen Reaktionen führen, stimmen mit dem Leitsatz des Hippokrates, welcher der Behandlung durch die Rhythmische Massage zugrunde liegt, überein:

Starkes Reiben befestigt (Reiben steht für massieren)
Leichtes Reiben lockert
Vieles Reiben bringt Teile zum Schwinden (führt zu bionegativen Reaktionen)
mäßiges Reiben bringt Teile zum Wachsen (führt zu biopositiven Reaktionen)

Hippokrates

Die Frage ist: An welcher Stelle müssen welche Griffe gewählt werden und in welcher Weise muss massiert werden, um die notwendige und ausgleichende Antwort des Organismus zu erhalten?

Durch die Behandlung der Obstruktiven Schlafapnoe und anderen Schlafstörungen mit der Rhythmischen Massage, werden auch die zuständigen Bereiche der Medizin – Somnologie, Innere Medizin und Psychologie, mittels dieser anthroposophisch orientierten Physiotherapie erweitert.

Wirkfaktoren

Bedeutsam für diese Arbeit ist, dass während der Behandlungsserie keine weiteren Behandlungsmaßnahmen getroffen und keine gesundheitshygienischen Ratschläge und Verhaltensempfehlungen gegeben wurden. Es wurde mit dem Patient besprochen seinen derzeitigen Lebensstil während des Therapiezyklus bei zu behalten. Dies war unter den bestehenden Gegebenheiten vertretbar und deshalb so vorgenommen um weitere Wirkfaktoren auszuschließen und die Rhythmische Massage als das geeignete Mittel für eine Wende im Krankheitsverlauf heraus zu finden.

Die Bestätigung der Hypothese

Diese Fallbeschreibung zeigt, dass es möglich ist mit der Rhythmischen Massage die Obstruktive Schlafapnoe zu behandeln. Das Ergebnis zeigt auch die Übereinstimmung der menschenkundlichen Betrachtungsweise und der Praxis.

Die Antithese konnte widerlegt werden

Die Ursache für das entstehen der Symptome ist mittels der anthroposophisch erweiterten, medizinischen Betrachtung erkennbar.

Kritische Bemerkungen

Der Patient dieser Beschreibung hatte keine weiteren Erkrankungen. Dieser Umstand würde möglicherweise eine längere Behandlungszeit und mehr Ausdauer für alle am Behandlungskonzept beteilig-

ten Personen notwendig machen und weitere therapeutische Maßnahmen erfordern, evtl. auch nur mit mäßigem Erfolg.

Quellenverzeichnis der Zusammenfassung

Hannemann Peter, Schlafapnoe-Syndrom, Ursache ,Symptome, erfolgreiche Behandlung auch des banalen Schnarchens, Zürich, 2007

Hauschka M., Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegman, Menschenkundliche Grundlagen, Boll 1972

Marbach I., Zentrum zur Dokumentation für Naturheilverfahren, Bd 1, 1. Halbband, Essen 1991, S.300 – 303

Pischinger A., Heine Hartmut, Das System der Grundregulation, Karl A. Haug Fachbuchverlag

Selg, Peter u. P. Matthiessen: allgemeine Grundlagen der anthroposophischen Medizin. In: Naturheilverfahren und unkonventionelle Medizinische Richtungen, Hrsg: M. Bühring, Springer 1996

Spranger H. & EU-team@inter-uni.net: Regulationsbiologische Grundlagen – Stressreaktion, Psychoneuro-endokrino-Immunologie, Grundsystem, psychosomatische Vernetzungen. edition@inter-uni.net, Graz 2005

Steiner Rudolf, GA 9, Theosophie. Einführung in übersinnliche Welterkenntnis und Menschenbestimmung, Dornach, 31. Auflage 1987

Steiner Rudolf; GA 128, Eine okkulte Physiologie; 5. Auflage 1991, S. 159.