

Reflexe

Zeitschrift für physikalische Therapie

vdms
āsmm



verband der medizinischen masseure schweiz
associazione svizzera dei massaggiatori medicali
association suisse des masseurs médicaux

Ausgabe Nr. 174 • Sept. 3/2018

THEMA

GENETIK

Genetik und Rheumatologie

OSTEOMALAZIE

Osteomalazie und Vitamin D

KINDER

Arthritis bei Kindern

PRAXIS

INTERVIEW

Lichttherapie

SCHRÖPFEN U. GUA SHA

Behandlung rheumatischer
Erkrankungen auf Basis
der TCM

VERBAND

NEU NOVITÀ NOUVEAU

Sie fragen, wir antworten
Loro chiedono, noi rispondiamo
Vos questions, nos réponses

 SEZIONE TICINO

DEPARTEMENT

 ROMANDIE

Rheumatologie

reumatologia / rhumatologie

THEMA

- 4 GENETIK**
Genetik und Rheumatologie
- 6 ERKRANKUNGEN**
Rheumatische Erkrankungen im Überblick
- 8 OSTEOMALAZIE**
Osteomalazie und Vitamin D
- 11 PSORIASIS**
Therapie der Psoriasisarthritis
- 14 KINDER**
Arthritis bei Kindern
- 16 FLIESSENDER SCHMERZ**
Rheumatische Erkrankungen

PRAXIS

- 20 INTERVIEW**
Lichttherapie
- 22 KOMPLEMENTÄRMEDIZIN**
Komplementäre Therapie bei entzündlich rheumat. Erkrankungen
- 26 SCHRÖPFEN UND GUA SHA**
Behandlung rheumatischer Erkrankungen auf Basis der TCM
- 29 FUSSREFLEXZONEN**
FRZT nach Pater Josef Eugster
- 30 VERMISCHTES**
 - Adieu! Arrivederci! Au revoir!
 - Sanfte Schmerzlinderung
 - Wandern als Rheuma-Therapie
 - Mückenstiche
- 32 BUCHREZENSIONEN**
 - Der holistische Mensch
 - Diagnoseleitfaden Osteopathie
 - Integrative manuelle Therapie
 - Kinderosteopathie – Checkliste
 - Physiotherapietechniken von A-Z
 - Pilates
 - Praxis med. Trainingstherapie I
 - Therapien b. Parkinson-Syndrom

VERBAND

- 34 VERBANDSNACHRICHTEN**
 - Stundensatz mit versch. Ansätzen
 - Kanton Glarus
 - Krankenkassen als Partner
 - Sie fragen und wir antworten
 - Umfrage Stundentarif
 - Schwierige Fragen bei Fragebogen
 - Visana
 - 3. Forum der OdA MM in Baden
- 37 SEZIONE TICINO**
- 39 DEPARTEMENT ROMANDIE**
- 41 KURSE 4. QUARTAL 2018**
 - Kommunikation mit chronisch erkrankten Patienten NEU
 - TOS - Thoracic Outlet Syndrom
 - Neurolymphatisch reflektorische Therapie für peri. Nervensystem
 - Spiraldynamik Schulter – Verankerung und Mobilität NEU
 - Ausleitung und Säuren-Basen-Haushalt NEU
 - BoE: Blutzuckerbalance
- 43 AGENDA vdms-asmm**
 - Kurse / Website der Inserenten

Thema:

Rheumatologie



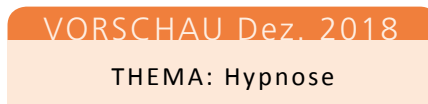
Wer heute kein Vitamin D im Sinne einer Nahrungsergänzung zu sich nimmt, vernachlässigt seine Gesundheit. Ist dem wirklich so? Sowohl wissenschaftliche Studien als auch Komplementärmediziner sind sich für einmal – mehr oder weniger – einig: Nützt es nichts, schaden tut es auch nicht... > Mehr ab S. 8



Coverbild: Rheuma ist die Volkskrankheit Nummer ein.
© fotolia.de



Die positive Wirkung von Lichttherapie ist kein neues Thema und trotzdem wird es therapeutisch immer noch zu wenig angewendet. Tragen dazu die vielen Warnungen vor zu viel Sonne bei? Müssen wir uns wirklich so gut vor Licht (nicht an der prallen Sonne liegen) schützen oder könnten wir es auch kostengünstig aus der Natur beziehen? > Mehr ab S. 20



IMPRESSUM

Aktuelle Ausgabe: September 2018
Nr. 174, 39. Jg.

Auflage: 2000 Exemplare
Erscheinung: 4-mal jährlich

HERAUSGEBER
Verband der medizinischen Masseur Schweiz vdms-asmm
www.vdms.ch

Schachenallee 29
CH-5000 Aarau
Tel. 062 823 02 70
Fax 062 823 06 22
info@vdms.ch

REDAKTION
Verena Biedermann (vb), Leitung
Ferruccio Bernasconi (fb), Sez. Ticino
Rebeka Buser (rb), Inseratwesen
Marion Blight (mb), Dep. Romandie
Carolina Reiber (cr), Kommunikation

Preise Abonnement
Inland inkl. Porto: CHF 60.00 pro Jahr
Ausland: auf Anfrage

INSERTIONSPREISE 2018
siehe: www.vdms.ch

INSERTIONSSCHLUSS
Ausgabe Dez. 2018: 6. Oktober 2018

GESTALTUNG grafik & design
DRUCK Buschö Druckerei
Rorschach Schöftland

Alle Rechte vorbehalten, Nachdruck nur mit schriftlicher Bewilligung vom vdms.

Lichttherapie

Der freiberufliche Wundmanager, Marc-André Isler, wendet seit einigen Jahren sehr erfolgreich Lichttherapie bei seinen Patienten an. Ich durfte mit ihm ein Gespräch zum Thema Lichttherapie im Generellen führen. Ebenso wartete er mit einem äusserst eindrücklichen Patientenbeispiel aus der Rheumatologie auf.

Interview: Verena Biedermann, Redaktorin

Was ist Lichttherapie und wie funktioniert sie?

Marc-André Isler: Die von mir eingesetzte Lichttherapie ist eine Low-Level-Laser-Therapie (LLLT) und wirkt gezielt auf die Pigmente in den Mitochondrien-Membranen. Der gebündelte Lichtstrahl erzeugt eine Fotoenergie, die in der Zelle eine optimierte Adenosintriphosphat-Erzeugung hervorruft. Bekanntlich wird ja für alle Zellprozesse Energie benötigt, um chemische, osmotische oder mechanische Arbeit zu leisten. Diese Energie wird stets über das Molekül Adenosintriphosphat (ATP) bereitgestellt. Gleichzeitig entstehen auch sogenannte Redox-Signale (ebenfalls Moleküle). Diese beiden Molekül-Arten zusammen sorgen dafür, dass der Selbstheilungsprozess (Zellregeneration) verbessert wird.



Woher stammt das Wissen resp. stammen die Erkenntnisse über die Wirkungsweise der Lichttherapie?

Die Lichttherapie ist heute ein von der wissenschaftlichen Medizin anerkanntes Verfahren zur Behandlung verschiedener Erkrankungen. In der Heilkunde wurde jedoch bereits in der Antike mit farbigen Pasten bestrichen oder in farbige Tücher eingewickelt. Auch beschäftigte sich der amerikanische Physiker und Arzt Edwin D. Babbitt sehr intensiv mit diesem Thema. Er publizierte beispielsweise 1878 das chromotherapeutische Werk «The Principles of Light and Color». Später befasste sich Rudolf Steiner vor allem mit dem Thema Farbtherapie.

Welche Art von Lichtquellen setzen Sie ein?

Ich arbeite mit dem medizinischen mobilen Alpha-Red-Gerät (Stufe 4). Es strahlt rotes Laserlicht der Wellenlänge 650nm ab und hat eine Leistung von 500 bis 2000 mW. Die abgestrahlten roten Photonen sind sehr energiereich und bewirken damit einen genialen Heileffekt im Körper. Da ich die Patienten zuhause besuche, um ihre Wunden zu versorgen, ist das mobile Gerät optimal für mich.

Was sind Ziel und Dauer einer Lichttherapie?

Für eine vollständige Wundbeurteilung, Reinigung und Versorgung benötige ich zwischen dreissig Minuten bis zu einer Stunde. Dabei kommt das Gerät lediglich während sieben Minuten zum Einsatz. Dies genügt, die entzündeten, oft schmerzhaften Wunden zu einer schnelleren Zellteilung resp. Zellerneue-

rung anzuregen. Zudem wird die effektive Wundbetreuung durch einen Fachexperten nach einer Operation oder bei chronischen Langzeitwunden immer wichtiger, da die Patienten immer rascher aus dem stationären Bereich des Spitals nach Hause entlassen werden.

Wann setzen Sie Lichttherapie ein? Wann ist eine Lichttherapie indiziert?

Als Wundmanager setze ich die Lichttherapie ausschliesslich in diesem Bereich ein. Natürlich experimentiere ich in meinem privaten Umfeld auch in anderen Bereichen wie Rheumatologie, Immunologie oder ganz generell zur Geweberegeneration. Speziell erwähnen möchte ich hier meine besonders guten Erfahrungen bei der Wundbehandlung von neuropathischen (z. B. diabetischen) Wundheilstörungen. Ebenfalls im Sportbereich – ich betreue einen Fustsalclub – habe ich in der Behandlung von Bändern, Muskelfaserrissen oder Hämatomen sehr gute Erfahrungen gemacht. Da die Heilungszeit nach der Behandlung mit Licht sich um rund die Hälfte reduzierte.

Wie muss ich mir eine Lichttherapie-Behandlung vorstellen?

Während der Behandlungsdauer mache ich mit dem Laserstrahl kreisende Bewegungen. Dies erzeugt ein leicht wärmendes Gefühl. Für mich ist besonders wichtig, dass die Behandlung absolut schmerzlos ist.

Was ist zu beachten bei der Lichttherapie?

Die wichtigste Sicherheitsmassnahme ist das Tragen der Schutzbrille so-



Das Bedürfnis der Menschen nach komplementärer Unterstützung wird weiter zunehmen. Daher gilt es, die Zusammenarbeit zwischen Schul- und Komplementärmedizin zu intensivieren.

wohl durch den Therapierenden als auch durch den Patienten. Damit wird verhindert, dass allfällige Strahlen die Netzhaut beschädigen können. Im Weiteren gilt es die gesetzlichen Bestimmungen einzuhalten. D. h. die Behandlung muss in einem abgeschlossenen Bereich stattfinden, der Zutritt von Drittpersonen ist während der Behandlung untersagt und ebenfalls dürfen sich keine Haustiere im Raum befinden.

Können Sie uns andere komplementär-medizinische Methoden in Ergänzung zur Lichttherapie empfehlen?

Aus meiner langjährigen praktischen Erfahrung möchte ich hier die Kompressionstherapie, die manuelle Lymphdrainage, die Larventherapie (Maden, Blutegel), die Entschlackung/Ausleitung und wenn immer möglich auch die Bewegungstherapie nennen.

Gibt es Kontraindikationen?

Die wichtigsten Kontraindikationen sind: keine Behandlung von aktiven Tumoren und keine klinischen Infekte.

Kann jeder Lichttherapie anbieten?

Ich habe mein Studium zum Wundmanager in der Akademie für zertifiziertes Wundmanagement (AZWM) in Zürich und Wien absolviert und in diesem Rahmen mein Zertifikat für die Ausführung der Low-Level-Laser-Therapie erhalten. Der Akademie-Leiter, Gerhard Kammerlander ist ein ausgewiesener Experte im Bereich Wundmanagement und Lichttherapie. Das international bekannte Wundkompetenzzentrum in Linz behandelt bereits seit Jahren erfolgreich chronische

Wunden mittels adjuvanter Lichttherapie. Dieses Wissen und diese Erfahrungen haben mich derart überzeugt, dass ich meinen Patienten diese ergänzende Behandlung nicht vorenthalten wollte und ebenfalls ein Gerät beschaffte.

Können Sie mir noch ein kurzes Patientenbeispiel aus dem rheumatologischen Bereich geben?

Ja gerne, und zwar: Klientin, 50-jährig, Sängerin mit ärztlich diagnostizierter Frozen Shoulder beidseitig. Vor Schmerzen konnte sie kaum mehr schlafen, nicht mehr arbeiten, war vollständig unbeweglich resp. machte Ausweichbewegungen und hatte Depressionen. Zu Beginn behandelte ich sie dreimal wöchentlich; die Schmerzen verstärkten sich anfänglich. Bereits nach einem Monat war sie schmerzfrei und ich reduzierte die Behandlungsintensität auf zweimal wöchentlich. Zusätzlich ging sie ab dem zweiten Monat wiederum in die Physiotherapie. Im dritten Monat reduzierten wir die Behandlungsintervalle auf einmal wöchentlich. Danach konnten wir die Behandlung abschliessen, da die Patientin wieder beweglich war und ihren gewohnten Alltag geniessen konnte. Auch jetzt zwei Jahre nach Abschluss der Behandlung ist sie beschwerdefrei.

Zum Schluss möchte ich von Ihnen noch ein Ausblick in die Zukunft erhalten. Wie sieht die aus?

Meiner Ansicht nach wird das Bedürfnis der Menschen nach komplementärer Unterstützung weiter zunehmen. Daher gilt es, die Zusammenarbeit zwischen Schul- und Komplementärmedizin zu in-

tensivieren. Es wird auch zu einer Ökonomisierung der Gesellschaft kommen, da wir uns ansonsten die Gesundheitskosten nicht mehr leisten können. Und letztlich bin ich sehr zuversichtlich, dass es vermehrt Hausärzte geben wird, die Vertrauen in die Komplementärmedizin haben und diesen Bereich auch fördern.

Herzlichen Dank, Herr Isler, für das äusserst spannende Gespräch. Ich wünsche Ihnen weiterhin unzählige positive Wundmanagement-Erlebnisse.

KURZPORTRÄT



Marc-André Isler

Absolvierte die Ausbildung zum Pflegefachmann HF; arbeitete in diesem Beruf sowohl im Inselspital in Bern als auch im Pflegezentrum Tilia in Köniz. Seit zehn Jahren ist er in der Erwachsenenbildung im Gesundheitsbereich tätig. 2011 schloss er sein Studium zum akademisch zertifizierten Wundmanager (AZWM) ab. Seit 2012 ist er selbständig und bietet individuelle Wundbehandlungen und -beratungen für Hausärzte, Langzeitpflege- und Spitexinstitutionen sowie für Privatpersonen an.

Marc-André Isler

Epithelia
Postgasshalde 21, 3011 Bern
Tel. 079 129 17 46
E-Mail m-a.isler@epithelia.ch
www.epithelia.ch