

# Chiropraktik. Auch für Kinder

Fehlhaltungen und Funktionsstörungen der Wirbelsäule sind im Kindesalter oft schmerzlos und werden leicht übersehen. Deshalb führen die Chiropraktoren schon seit Jahren im Rahmen des Internationalen Tages der Wirbelsäule kostenlose Untersuchungen an Schulkindern durch.

«Ein Kind braucht doch noch keine chiropraktische Behandlung», hört man immer wieder. Aber auch junge, noch elastische Gelenke können in ihrer Funktion gestört sein. Oftmals werden Schmerzen, über die ein Kind klagt, als «Wachstumsstörungen» abgetan, ohne dass einer allfälligen Ursache nachgegangen wird. Schulärztliche Untersuchungen widmen dem Bewegungssystem Heranwachsender aus Zeitgründen leider oft nicht die nötige Aufmerksamkeit. So kommt es, dass gewisse Störungen lange nicht erkannt werden, was im Erwachsenenalter zu nicht oder kaum reversiblen Schäden führen kann. Diese

**Rückenprobleme bei Kindern: Je früher sie behandelt werden, desto besser.**

Tatsache war den Chiropraktoren schon von Anfang an bekannt. In der Schweiz hat unter anderen im Jahre 1949 der Genfer Chiropraktik-Pionier Dr. Fred Illi in seiner Publikation «Soigner le dos de l'enfant, c'est prévenir le rhumatisme chez l'adulte» («Den Rücken der Kinder zu behandeln bedeutet, dem Rheuma beim Er-

wachsenen vorzubeugen») darauf hingewiesen, wie wichtig es sei, sich um eine korrekt funktionierende Wirbelsäule bei Kindern zu kümmern. Die Schweizer Chiropraktoren haben die Gelegenheit ergriffen, den von der Weltgesundheitsorganisation WHO vor einigen Jahren geschaffenen jährlichen «Internationalen Tag der Wirbelsäule», englisch «spine day», dazu zu verwenden, kostenlose Untersuchungen der Wirbelsäule an Schulkindern durchzuführen. Auf diese Weise konnte statistisch festgestellt werden, dass mehr Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren schon an Rückenschmerzen gelitten hatten als zuvor angenommen und dass ein erheblicher Teil davon deswegen sogar schon zu Schmerzmitteln greifen oder eine andere Form der Therapie beanspruchen musste.

**9. November 2013: «Spine Day»** In die Untersuchungen wird der gesamte Bewegungsapparat, im Speziellen die Wirbelsäule, das Becken und der Schultergürtel, die Beinachsen und die Fussstellungen, einbezogen. Die Beweglichkeit, die Koordination und die Fähigkeit, gewisse Haltungen über eine gewisse Zeit beizubehalten, werden geprüft. Auch wird nach Gewohnheiten wie das Tragen von Schulsäcken, die

Zeit, die vor einem Computer verbracht wird, Sport und Schlaf gefragt. Auf Grund der Ergebnisse findet eine Beratung statt: Wie können Koordination, Kraft, und Muskelfunktion verbessert werden? Welche Gewohnheiten sollen geändert werden? Was soll vermieden werden? Wie steht es mit der Ernährung? Ist eine Behandlung nötig und, wenn ja, welche? Viele Verbesserungen können durch angemessene sportliche Tätigkeiten, Vermeiden schlechter Gewohnheiten oder gesündere Ernährung ohne Therapie erzielt werden. Adressen teilnehmender Chiropraktoren sind auf [www.chirosuisse.info](http://www.chirosuisse.info) aufgeführt oder können über Tel. 031 371 03 01 erfragt werden.

**Störungen erkennen** Der Bewegungsapparat ist bei Kindern im Vorschulalter von grosser Bedeutung. In diesem Alter stehen kaum konkrete Rückenschmerzen im Vordergrund, sondern Symptome wie beispielsweise Bauchkoliken, unerklärbares Weinen oder Asymmetrien des Kopfes in den ersten Lebensmonaten. Dann Auffälligkeiten bei den ersten Sitz-, Fortbewegungs- und Gehversuchen. Aber auch wieder-

## Chiropraktoren in der Stadt und Region Bern

- **Dr. Regula Batt**, Gutenbergstr. 6, 3008 Bern, Tel. 031 398 70 84
- **Dres. Henrik Bögelund & Marc Thomann**, Spitalackerstr. 22, 3013 Bern, Tel. 031 332 20 80
- **Dres. Regula Brönnimann & Markus Lauper**, Laupenstr. 8, 3008 Bern, Tel. 031 382 41 82
- **Dr. Jon Buchli**, Thunstr. 68, 3074 Muri b. Bern, Tel. 031 951 90 90
- **Dres. Nadja Faigaux-Schmutz & Eric Faigaux**, Willishalten 30, 3086 Zimmerwald, Tel. 031 812 09 20
- **Dr. Richard Forster**, Seilerstr. 22, 3008 Bern, Tel. 031 382 62 60
- **Dr. Arthur Hess**, Monbijoustr. 24, 3008 Bern, Tel. 031 381 90 00
- **Dr. Daniel Hügi**, Seftigenstr. 240, 3084 Wabern, Tel. 031 961 39 11
- **Dr. Roberto Salvisberg**, Gesellschaftstr. 34, 3012 Bern, Tel. 031 302 61 44
- **Dr. Markus Scheidegger**, Thunstr. 68, 3074 Muri b. Bern, Tel. 031 333 03 03
- **Dr. Ernst Schroeder**, Kirchenfeldstr. 29, 3005 Bern, Tel. 031 352 66 88
- **Dr. Stefan Streit**, Kalchackerstr. 25, 3047 Bremgarten, Tel. 031 302 43 43
- **Dres. Malin Bengtsdotter Thurnherr, Thomas Thurnherr, Franziska Senn, Michael Renfer, Andreas und Elisabeth Fingal**, Chiropraktik Hirschengraben, Hirschengraben 7, 3011 Bern, Tel. 031 382 83 84
- **Dr. Daniel Traber**, Bahnhofplatz 2, 3110 Münsingen, Tel. 031 721 03 03
- **Dr. Markus Wagner**, Landhausweg 6, 3007 Bern, Tel. 031 376 14 40



### Hinweise auf Rückenprobleme bei Kindern

- Klagen über Schmerzen (auch Kopfschmerzen).
- Auffallende Körperhaltung und/oder Bewegungsmuster.
- Schlechte Koordination und/oder ungenügendes Gleichgewicht.
- Mangelnde Muskelkraft oder Ausdauer.
- Über- oder Untergewicht.
- Fehlhaltungen der Wirbelsäule: Skoliose, Hohl-, Rundrücken, vor allem während Wachstumsschüben zu beobachten. Folgende Anzeichen können darauf hinweisen: ungleich hohe Schultern; Schulterblatt einseitig mehr hervortretend; Rippenbogen auf einer Seite deutlicher sichtbar; Brustbein nicht senkrecht; Beckenkämme ungleich hoch; Gesässfalten ungleich hoch; Gesässspalt gebogen/schräg; Seitenungleiche Muskelform an Rumpf und Extremitäten.
- Fehlstellungen der Knie (O- oder X-Beine).
- Fehlstellung der Füße (Knickstellung / Aussen- und/oder Innendrehung).
- Bei Kleinkindern und Babys: Kopfasymmetrien; atypische Art des Liegens, Sitzens und Fortbewegens; Schreibabys; wiederholt auftretende Erkältungen und Mittelohrentzündungen; Bettnässen.

**Spine Day:** Lassen Sie Ihr Kind kostenlos untersuchen am 9. November 2013. [www.chirosuisse.info](http://www.chirosuisse.info)

kehrende Mittelohrentzündungen, Bettnässen und Schlafstörungen können auf ein Rückenproblem, welches das vegetative Nervensystem stört, zurückzuführen sein. In solchen Fällen müssen die Kinder medizinisch abgeklärt werden, um sicher zu sein, dass keine organische Ursache für das Leiden verantwortlich ist. Die bekanntesten Wirbelsäulen-Verkrümmungen sind die Skoliose (seitliche Verkrümmung) und der Morbus Scheuermann («Buckelbildung»). Besondere Aufmerksamkeit bedarf es während Wachstumsschüben vor der Pubertät, da sich solche Rückenverkrümmungen dann oft verschlimmern. Es gibt unzählige Variationen davon, auch solche, die nicht aufhaltbar sind. Die mildereren Formen sprechen aber bei rechtzeitiger Diagnose gut auf konservative Therapiemethoden an. Die Chancen, Schäden im Erwachsenenalter oder tiefer eingreifende Massnahmen wie Korsetts und Operationen zu vermeiden, stehen bedeutend besser, je früher entstehende Probleme entdeckt und mit konservativen Mitteln angegangen werden können. Die im Kasten aufgezählten Hinweise auf eine Störung im Bewegungssystem von Kindern sollten ernst genommen und abgeklärt werden.

**Behandlung** Selbstverständlich beschränken sich die Untersuchungen und Beratungen nicht auf einen einzigen Tag im Jahr: Regelmässig werden Kinder aus allen Altersstufen von Chiropraktoren beurteilt, beraten und behandelt. In Fällen, in denen eine Behandlung

nötig ist, wird abgeklärt, von welchen Therapieformen der grösstmögliche Nutzen bei kleinstmöglichen negativen Nebenerscheinungen zu erwarten ist. Unter anderen kommen heilgymnastische, physiotherapeutische oder eben chiropraktische Behandlungen in Frage. Letztere sind selbstverständlich den besonderen Verhältnissen in den verschiedenen Phasen des Kindesalters angepasst. Nach Ausschluss von Gegenindikationen wird mit dosierten, sanften Impulsen oder ohne Impuls behandelt. Die chiropraktische Behandlung beschränkt sich aber nicht auf eine Manipulation oder Mobilisation, sondern wird durch Massnahmen wie manuelles Dehnen und verschiedene Formen von Reflextherapien ergänzt. Sehr wichtig ist auch die Zusammenarbeit mit Kinder- und anderen Ärzten, sodass in schwerwiegenderen Fällen eine Überweisung in weitergehende Behandlungen ohne Verzug stattfinden kann.



#### Die Auskunftspersonen

Dr. Nadja Faigaux-Schmutz und  
Dr. Eric Faigaux  
Chiropraktoren SCG/ECU

#### Kontakt:

Willishalten 30, 3086 Zimmerwald  
Tel. 031 812 09 20  
[nadia.faigaux@chirosuisse.ch](mailto:nadia.faigaux@chirosuisse.ch)