

Rücken

& gesundheit

2118

Zeitschrift der Patientenorganisation
Pro Chiropraktik

Daniel Mühlemann, Balgrist Impingement Geschichte der Chiropraktik

Mutationen



Schweizerische Chiropraktoren-
Gesellschaft ChiroSuisse

ChiroSuisse

Zentralsekretariat

Cornelia Brönnimann und Meltem Ercutlu
Sulgenauweg 38, 3007 Bern
Tel. 031 371 03 01, Fax 031 372 26 54
info@chirosuisse.info, www.chirosuisse.ch

Mutationen/Mutations

Neu BS

Dr. Laura Pochon, Holbeinpraxis, Holbeinstrasse 65,
4051 Basel, 061 278 91 11

Nouveau GE

Dr. Julien Marie, Institut Chiropratique Genève,
Boulevard des Tranchées 44, 1206 Genève,
022 346 47 33

Adressänderung GR

Marina Soklic, Chiropraktik Engadin Samedan,
Plazzet 25, 7503 Samedan, 081 850 05 07
(vormals Via Mulin 19 in 7502 Bever).

Nuovo TI

Dr. Maurizio Nosedà, Studio Chiropratico,
via Dufour 4, 6900 Lugano, 091 921 49 27

Nouveau VD

Dr. Marc-Antoine Zurkirch, Chemin de la Joliette 5,
1006 Lausanne, 021 617 28 77

Dr. Marc-Antoine Zurkirch, Cabinet Chiropratique,
Avenue de la Gare 10, 1180 Rolle, 021 825 45 45

Neu VS

Maria Oggier, Chiropraktorenpraxis Th. Schmid,
Gliserallee 10, 3902 Glis, 027 924 96 05

Neu ZH

Dr. Karin Mantel, Rückenzentrum Wädenswil,
Zugerstrasse 12, 8820 Wädenswil,
044 780 44 11

Praxisschliessung LU

Dr. Adolf Bucher, St. Leodegarstrasse 2,
6006 Luzern



Für den Einkauf zu Hause.

Lassen Sie uns den Einkauf für Sie erledigen
und schenken Sie sich Zeit – für die wirklich
wichtigen Dinge im Leben.

Ihre Vorteile:

- Umfangreiches Sortiment – zu gleichen
Preisen wie in der Coop Filiale
- Einzigartige Auswahl von mehr als 1'200
Jahrgangswinen und 200 auserlesenen
Spirituosen
- Bequeme Lieferung bis an die Wohnungstüre
– vielerorts sogar stundengenau

Profitieren Sie von CHF 20.– Rabatt bei Ihrem Online-Einkauf ab
CHF 200.– bei coop@home. Code «BACK18B-R» im Checkout
einfügen. Bon kann nicht kumuliert werden, ist gültig bis am
30.09.2018 und pro Kunde einmal einlösbar. Nicht gültig beim
Kauf von Geschenkkarten und Mobile Angeboten.

www.coopathome.ch

coop

Für mich und dich. @home



Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser

In dieser Ausgabe erhalten Sie Einblick in die Poliklinik für Chiropraktische Medizin an der Universitätsklinik Balgrist in Zürich. Früher studierten die Chiropraktoren im Ausland, vorwiegend in den USA und in Kanada. Seit 2008 ist die vollumfängliche Ausbildung in der Schweiz möglich. Eine Errungenschaft, wofür sich unsere Patientenvereinigung massgeblich eingesetzt hat.

Für das Studium der Chiropraktischen Medizin gelten die gleichen Zulassungsbestimmungen wie für das Studium der Humanmedizin. Es braucht dazu eine anerkannte kantonale oder eidgenössische Maturität und einen bestandenen Eignungstest.

Mit dem abgeschlossenen Studium nach sechs Jahren und einer erfolgreichen Weiterbildung nach weiteren drei Jahren ist jeder Chiropraktor zur unabhängigen Praxistätigkeit berechtigt.

In der Schweiz praktizieren heute rund 300 Chiropraktorinnen und Chiropraktoren. Der Bedarf an Ärzten in dieser Fachrichtung steigt. Aus diesem Grund braucht es mehr Personen, die sich für diese Disziplin interessieren. Bitte helfen Sie mit, in Ihrem Umfeld den jungen Leuten die Studienrichtung Chiropraktik bekannt und beliebt zu machen.

Erzählen Sie den angehenden Maturanden von Ihren Behandlungserfolgen und motivieren Sie sie, sich für den Eignungstest an der Universität Zürich anzumelden.

Weiterführende Details über die gesamte Ausbildung zum Doktor der Chiropraktik finden Sie unter folgenden Adressen:

www.chirosuisse.ch
www.swiss-chiropractic-academy.ch
www.swissuniversities.ch
www.uzh.ch
www.balgrist.ch

Nun wünsche ich eine spannende Lektüre und danke Ihnen herzlich für Ihre Unterstützung.

Rainer Lüscher
 Zentralpräsident Pro Chiropraktik Schweiz

Porträt / Ausbildung

«Es gibt leere Versorgungsfelder in der Schweiz» 4
Rosmarie Borle

Bewegung / Prävention

Impingement 6
Marco Vogelsang

Berufspolitik

Als die Chiropraktik noch verboten war 8
Rosmarie Borle

Politik

Experimente – let's do it! 12
Priska Haueter

Kreuzworträtsel 11

Patientenorganisation 13

Bezugsquellen 15

Impressum 15

Liebe Leserin, lieber Leser

Wir freuen uns über jede Anregung, Information, Kritik und Zustimmung vonseiten der Leserschaft. Auch die Rubrik «Leserbriefe» wollen wir weiterführen. Bitte senden Sie Ihren Beitrag an die Redaktion: rosmarie.borle@bluewin.ch oder Rosmarie Borle, Gantrischstrasse 10, 3006 Bern. Herzlichen Dank für Ihr Engagement für Ihre Zeitschrift.

In sämtlichen Texten unserer Zeitschrift sind immer beide Geschlechter gleichberechtigt mitgemeint, auch wenn dies aus Gründen der sprachlichen Verständlichkeit nicht immer aufgeführt ist.

«Es gibt leere Versorgungsfelder in der Schweiz»

Rosmarie Borle «300 Chiropraktorinnen und Chiropraktoren haben wir in der Schweiz, wir bräuchten aber rund 800», betont Dr. Daniel Mühlemann im Gespräch. Um das Ziel zu erreichen, braucht es die Mithilfe und Unterstützung des Berufsstandes, verbunden mit einer offenen Informationspolitik und guter Öffentlichkeitsarbeit.

Das Tram hält direkt vor dem Gebäude A1 der Universitätsklinik Balgrist, in dem die Poliklinik für Chiropraktische Medizin untergebracht ist. In der Klinik werden alle Altersgruppen behandelt, auch Säuglinge, Kinder und betagte Menschen. Der Leiter der Abteilung Chiropraktische Medizin, Daniel Mühlemann erklärt, warum er diesen Beruf gewählt hat und dass dringend ein Lehrstuhlnachfolger gefunden werden muss.

Rücken&Gesundheit: Herr Mühlemann, warum sind Sie Chiropraktor geworden?

Daniel Mühlemann: Meine erste Ausbildung war Physiotherapeut, aber ich wusste damals schon, dass ich diesen Beruf nicht ausüben würde. Nach meiner Ausbildung verbrachte ich zwei Jahre in Norwegen und absolvierte in Oslo ein Nachdiplomstudium in Manueller Therapie beim norwegischen Professor Freddy Kaltenborn. Dieses Gebiet ist sehr nah mit der Chiropraktik verwandt. Wieder zurück in der Schweiz realisierte ich, dass ich mehr kann, aber nicht mehr tun darf. Ich studierte anschliessend in den USA, in Portland, Oregon, Chiropraktik.

Wie ging es nach diesem Studium in der Schweiz weiter?

Es folgten die Assistenzzeit und die Prüfung als Fachchiropraktor, 1988 eröffnete ich eine eigene Praxis, die ich bald interdisziplinär mit vier weiteren Chiropraktoren, einem Wirbelsäulenchirurgen und vier Physiotherapeutinnen ausbaute. 2005 gründeten wir zusammen das

Zentrum für Chiropraktik in Zürich. Seit Oktober 2017 arbeite ich nur noch in der Universitätsklinik Balgrist, meine Privatpraxis habe ich hierher verlegt.

Warum sollte heute ein junger Mensch auf die Ausbildung als Chiropraktorin oder Chiropraktor setzen?

Weil es ein sehr attraktiver Beruf ist, allerdings mit einer relativ harten und langen Ausbildung, an die sich dann auch noch drei Jahre Weiterbildung anfügen. Auch die gesetzliche Regulierung ist sehr ähnlich. In der Grundversicherung sind wir als Partner gleichgestellt wie Ärzte.

Warum gibt es zu wenig Nachwuchs in der Schweiz?

Chiropraktik hat den gleichen Numerus clausus (NC) wie Medizin, also auch die gleichen Zulassungsbeschränkungen. Bei 80 Interessenten werden rund 20 zum Studium zugelassen, davon verlieren wir auf dem Weg drei oder vier, die es leistungsmässig nicht schaffen oder

Dr. Marc Veenemans unterrichtet Technik an der oberen Brustwirbelsäule



Rosmarie Borle, Bern, Journalistin BR und Redaktorin «Rücken&Gesundheit»



Patric Beereuter, Unterassistent beim Behandeln



Praktischer Unterricht im 4. Studienjahr

sehen, dass das Studium nicht passt, ein paar weitere wechseln nach dem Bachelor zur Humanmedizin. Es bleiben uns 10 oder 12, die das Studium abschliessen und die Weiterbildung in Angriff nehmen. Wir haben rund 300 Chiropraktorinnen und Chiropraktoren in der Schweiz, wir bräuchten für eine gute medizinische Versorgung aber etwa 800. Eine verstärkte Medienpräsenz könnte auf den spannenden Beruf aufmerksam machen.

500 Chiropraktorinnen und Chiropraktoren mehr in der Schweiz? Hat es da genügend Arbeit für alle?

Natürlich, es hat massenhaft Platz für neue Kolleginnen und Kollegen. Eine genügend gute Grundversorgung sieht etwa einen Schlüssel von 1:10 000 vor. Ich weiss, dass z.B. niemand in Bülach, Uster, Wetzikon oder Horgen als Chiropraktor arbeitet, das sind alles Orte mit über 20 000 Bewohnern. Da gibt es geografisch gesehen leere Felder, auch in der Stadt Zürich, und bei uns in Balgrist gibt es oft längere Wartezeiten für Patientinnen und Patienten. Die viel höhere Anzahl ist auch nötig, weil es immer neue Arbeitsfelder für die Chiropraktik gibt. Gesamtschweizerisch gibt es bisher nur hier im Balgrist ein Chiropraktikangebot im Spital.

Wie kann man den akademischen Nachwuchs fördern?

Wir brauchen mehr Anmeldungen für den NC. Wenn sich 150 Bewerberinnen und Bewerber um einen Studienplatz bemühen, erhalten ihn etwa 40. Es ist die Aufgabe unseres Berufsstandes, Anreize für die jungen Menschen zu schaffen und Leute zu rekrutieren. Alle sollten einen Kandidaten oder eine Kandidatin melden können, ich biete das seit Langem an. Beispielsweise ist auch meine Tochter Chiropraktorin. Es geht vorwärts, aber zu langsam, trotzdem ist die Situation besser als noch vor zehn Jahren.

Sie leiten die Abteilung Chiropraktische Medizin in der Universitätsklinik Balgrist. Was beinhaltet diese Aufgabe?

Ich bin konzeptionell und operativ für die Ausbildung der Studierenden mit Schwerpunkt Chiropraktik in den ersten vier Jahren des Studi-

ums und den zweijährigen Vollzeitstudiengang inklusive Poliklinik verantwortlich. Ich werde in meinen Aufgaben umfassend unterstützt: Den Bereich Lehre und Curriculum leitet Dr. Inga Paravicini, die Poliklinik leiten Dr. Patricia Schaller und Dr. Urs Zahner. Eine weitere wichtige Aufgabe ist die Vernetzung innerhalb des Spitals und mit der Forschung, deren Erkenntnisse ja in die Praxis einfließen müssen. Das Wichtigste im Moment ist es, einen Lehrstuhlnachfolger zu finden, was nicht einfach ist. Das Profil ist sehr anspruchsvoll, die Wunschperson soll forschungsmässig hervorragend qualifiziert, klinisch sehr erfahren und kompetent in Lehre und Aufbau eines Studiengangs sein. Das alles in einer Person ist leider kaum zu finden. Zurzeit studieren, analog wie in der Medizin, ungefähr 70% Frauen und 30% Männer Chiropraktik, auch dies ist ein Grund, warum wir mehr ausgebildete Fachleute brauchen, da Frauen in der Regel öfters Teilzeit arbeiten. ■

(Fotos: Carol Urfer, Copyright Universitätsklinik Balgrist)

Dr. Daniel Mühlemann



Dr. Daniel Mühlemann ist seit 2009 administrativer Leiter der Abteilung Chiropraktische Medizin an der Universitätsklinik Balgrist und Lehrbeauftragter der Medizinischen Fakultät der Universität Zürich. In der Universitätsklinik Balgrist führt er auch eine Privatsprechstunde als Chiropraktor. Daniel Mühlemann spricht Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Norwegisch und Schwedisch und war während langer Zeit Präsident von ChiroSuisse. Universitätsklinik Balgrist, Forchstrasse 340, 8008 Zürich. www.balgrist.ch

Impingement

Marco Vogelsang Zeigt sich bei sportaktiven Jugendlichen oder Erwachsenen eine geringe Beweglichkeit der Hüftgelenke, so sollte eine Fachperson dieses Gelenk frühzeitig vorbeugend untersuchen. Es besteht ein Verdacht auf Impingement (Einklemmung).

Schon als Kind fiel mir auf, dass Fussballer unter mysteriösen Leistenbeschmerzen litten und deswegen oft lange ausfielen. Auch kannte ich einen Mann, der schon in den 1970er-Jahren ein rudimentäres künstliches Hüftgelenk eingepflanzt bekommen hatte, aber trotzdem mit dem Stock nur unter Schmerzen gehen konnte. Es war ein abschreckendes Bild. Als Kind scheute ich mich, darüber zu sprechen. Und heute bin ich selber betroffen und habe ein tolles, gut funktionierendes künstliches Hüftgelenk erhalten, mit dem ich sehr zufrieden bin. Aber trotzdem bin ich enttäuscht. Warum? Weil man nicht früher hingesehen, mich informiert und entsprechend reagiert hat. Das Thema hat die Medizin in meinen Augen jahrzehntelang stiefmütterlich behandelt. Nun wird versucht, es mit präventiven Operationen und entsprechenden Angeboten zu lösen.

Nun kurz eine Beschreibung des Hüftgelenkes: Wir haben eine mit Knorpel ausgestaffierte Hüftpfanne mit einer, über den Rand hinausragenden, sehr verletzlichen Knorpellippe. In die Pfanne passt eine Kugel, genannt Hüftgelenkskopf, der am Oberschenkel durch den sogenannten Schaft angemacht ist.

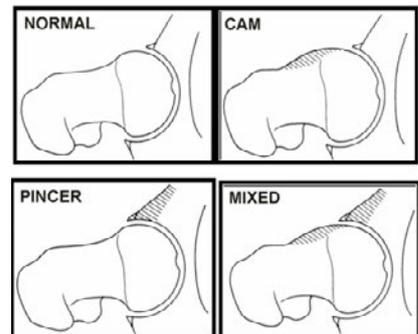
25% der Männer haben ein Impingement

Nun gibt es zwei verschiedene Szenarien: einmal, wenn der Schaft am Pfannenrand anschlägt und die erwähnte Knorpellippe beschädigt. Der Schaft kann sehr dick und breit sein und bei Bewegung des Beines nach aussen oder nach vorne am Pfannenrand anstehen und die Knorpellippe beschädigen. Das andere Mal ist auch möglich, dass die Pfanne tief ist und die Kugel sehr weit umfasst, dann schlägt der Schaft auch früh am Pfannenrand an.

Das erste Problem mit dem dicken Schaft nennt man in der Fachsprache Cam-Impingement (Impingement bedeutet Einklemmen), und

dies kommt bei ca. 25% der männlichen Bevölkerung vor; das zweite wird Pincer-Impingement (der Kopf wird durch die Ränder der tiefen Pfanne in die Zange genommen) genannt, was oft bei Frauen vorkommt.

Das Problem beim Anschlagen des Oberschenkelhalses bzw. des Schaftes am Pfannenrand liegt darin, dass dabei die verletzliche Knorpellippe des Pfannenrandes unter hohen Druck gerät, Risse bekommt und zum Teil gar abreißt. Dabei werden Knorpelzellen durch den lokal hohen Druck beschädigt, und es werden gewebsabbauende Substanzen (diese sind in allen Zellen vorhanden) aus den Knorpelzellen frei. Diese zerstören in der Folge weitere Knorpelzellen. Diesen Prozess nennt man Entzündung, und er zerstört den Knorpelüberzug der Pfanne und des Oberschenkelkopfes. Dies führt zur schmerzhaften Arthrose, die auch in meinem Fall ein künstliches Hüftgelenk nötig machte.



Dehnen kann auch falsch sein

Als junger, ambitionierter Leichtathlet wurde mir von meinem Chiropraktor geraten, mit diesem Sport aufzuhören. Leider wurden mir die Zusammenhänge damals nicht gut genug erklärt. Ich hatte so viel Freude am Leistungssport, dass ich weitertrainierte. Was geschah dabei? Ich dehnte unter anderem meine Hüftgelenke in alle Richtungen, versuchte mich dem Spagat (Dehnen soll ja so gesund sein!) anzunähern. Dazu riss ich mein linkes Bein beim 110-m-Hürdenlauf nach vorne, ich bewegte mein rechtes Nachziehbein hoch aussenrum vorwärts, und dabei, das wusste ich natürlich nicht, schlug stets mein Schaft am Pfannenrand des Hüftgelenkes an. So auch beim Weitsprung, beim Grätschen über ein Böckli im Turnunterricht, bei der Eishockeysausbildung im Turnlehrerkurs und überhaupt bei Täuschungen und Finten bei vielen Ballsportarten.

Im obligatorischen Turnunterricht in der Schule wird versucht, den Schülern das Dehnen als gesunde und gute Massnahme beizubringen. Aber Vorsicht: Wie immer sind generelle Ratschläge nicht in jeder Hinsicht gut und richtig. So gehört auch das Dehnen in gegrätsch-



Marco Vogelsang, Doktor der Chiropraktik, eigene Praxis in Zürich, Turn- und Sportlehrer ETH I und II, Vorstandsmitglied ChiroSuisse



Normales Bild mit schöner Kugelform (links). Beim Pfeil sieht man, dass der Schaft breit ist und der Kopf nicht kugelförmig, sondern eher elliptisch, und so führt der verlängerte Kopf direkt in den Schaft über und verbreitert diesen (Mitte). Arthrose, der Gelenkspalt ist weg. Das ist kein Ziel ... (rechts)

ter Position, wie auch nach vorne unten, und das Formen des Hürdensitzes dazu. Dabei wird bei 25% der Jungen der Schaft an der Pfanne anstehen und den Pfannenrand beschädigen. Statt sorgsam mit diesen unbeweglichen Jungen umzugehen, werden sie motiviert oder gar unter Druck angewiesen, öfters und intensiver zu dehnen, um eine bessere Beweglichkeit zu erhalten. Das schadet diesen Jugendlichen nur. Auch in von Fachkräften instruierten Sitzungen werden oft solche Dehnungsübungen durchgeführt und forciert, ohne dass der Patient vorher genügend abgeklärt wurde.

Abklärung ist hier das Stichwort

Zeigt sich bei Jugendlichen und Erwachsenen eine geringe Beweglichkeit der Hüftgelenke oder sind diese Personen in einem Sport aktiv, wo das Hüftgelenk oft in der Bewegung in die Endstellung gebracht wird, so sollte eine Fachperson dieses Gelenk frühzeitig vorbeugend untersuchen. Folglich sollten Trainer, Turn- und Sportlehrer, aber auch die Eltern und Sportler selber die sportliche Aktivität diesbezüglich analysieren. Wenn es angebracht ist, sollte rasch reagiert und am besten ein Termin mit dem Chiropraktor festgelegt werden.

Um eine gute Diagnose abgeben zu können, wird die Chiropraktorin die Beweglichkeit prüfen und ein einfaches Röntgenbild, bei dem man das Becken mit den Hüftgelenken sieht, veranlassen. Mit dieser Aufnahme kann man frühzeitig und einfach feststellen, ob die Veranlagung zu einem Impingement, mit Aussicht auf eine Arthrose, vorliegt oder nicht. Diese Abklärung sollte unbedingt bei allen Personen durchgeführt werden, die bereits leichte oder starke Hüftbeschwerden haben.

Vorerst konservative Behandlung

Ist die Abklärung erfolgt und zeigt sie die Impingement-Veranlagung, gibt es verschiedene Wege, die man gehen kann. Zuerst sollte unbedingt der konservative Weg versucht werden. Dazu gehört als Erstes die Anpassung der Aktivität. Dies muss mit der Patientin oder dem Patienten eingehend besprochen werden, sodass die sportliche Aktivität angepasst wird, um den Pfannenrand zu schonen.

Zudem ist bei Personen, die bereits Beschwerden haben, meist die Muskulatur, die die Hüfte bewegt, verspannt und verkürzt. Durch Dehnübungen sind diese Muskeln oft kaum erreichbar, oder die Dehnübungen selber provozieren gar das Problem. Darum sollte von diesem Weg abgesehen werden. Dafür kann man die Muskulatur der Hüfte, das ist zurzeit aktuell und im Trend, mit der Blackroll und/

oder mit dem Blackroll-Ball bearbeiten und lockern. Wichtig sind vor allem die Muskeln auf der Seite des Hüftgelenkes und hinter dem Hüftgelenk, die das Bein beim Bewegen nach aussen und nach hinten führen. Vorsicht ist auf der Seite geboten, wo der Hüftknochen ein wenig raussteht, dort hat es einen Schleimbeutel (Bursa), der hohen Druck nicht schätzt.

Ist nach einigen Sessionen Lockerung die Muskulatur gelöst, dann kann auch mit Übungen, um diese Muskeln besser einsetzen zu können, begonnen werden. Solange die Muskeln aber noch stark verspannt sind, d.h. auch auf mässigen Druck auf den Hüftmuskel Schmerzsignale aussenden, ist ein aktives Training noch zu früh. Der Chiropraktor ist der ideale Ansprechpartner. Er kennt die Probleme, stellt die Diagnose, kann die konservative Behandlung durchführen und die Selbstbehandlung kompetent instruieren. Ebenso ist seine Beratung für das weitere Vorgehen von grossem Wert.

Hüftgelenke bieten entscheidende Lebensqualität

Leider wird auch heute der Hüfte bezüglich des häufigen Impingements aus präventiver Sicht nur wenig Beachtung geschenkt. Erst wenn dann starke Schmerzen vorhanden sind, wird reagiert. Auch wird der geliebte Sport oft weiter betrieben, bis es nicht mehr geht und die Hüfte stark geschädigt ist. Es wird vergessen, dass wir das Gelenk, mit dem so viel Lebensqualität für uns verbunden ist, bis ans Lebensende benötigen.

Geht man frühzeitig vernünftig mit unseren Gelenken um, so können auch weitere Massnahmen und Operationen vermieden werden. Heute werden oft präventive Operationen mit Aussicht auf ein weiteres Betreiben der geliebten Sportart angeboten. Ob man diesen Weg gehen will, sollte gut überlegt werden. Die Chiropraktorin wird Ihnen individuell abgestimmte Informationen liefern können und Sie adäquat beraten.

Wer also sein Hüftgelenk, oft gar mit Schwung, an den Anschlag bringt, intensiv Ballsportarten betreibt, Geräte- oder Kunstturnen, aber auch als Hobbysportler grosse Trainingsumfänge betreibt und in den Hüftgelenken relativ un gelenkig ist, sollte sich bei einer Fachperson zur Abklärung melden, um vorzeitig grösseren Schäden vorzubeugen: Die Konsultation umfasst eine genaue Analyse, Beratung und korrekte, angepasste medizinische Versorgung durch gezielte Massagen. Sie kann auch Empfehlungen zur Einnahme von gelenkerhaltenden Substanzen beinhalten. Die Chiropraktorin und der Chiropraktor sind hier Ihre idealen Ansprechpersonen. ■

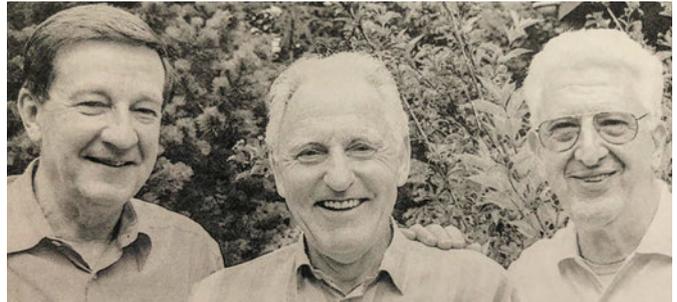
Als die Chiropraktik noch verboten war

Rosmarie Borle Chiropraktik gehört heute ganz selbstverständlich zur medizinischen Grundversorgung in der Schweiz. Konsultationen werden von den Krankenkassen wie andere ärztliche Leistungen bezahlt. Aber der Status musste hart erarbeitet werden. *Teil 1*

Der kurze Rückblick auf die Anfänge der Chiropraktik in der Schweiz* basiert auf dem gleichnamigen Buch des verstorbenen Chiropraktors Erwin Lorez. Das Buch beschreibt den langen Kampf der Chiropraktoren um die Anerkennung der Chiropraktik als unabhängiger wissenschaftlicher Heilberuf. Der Autor beschreibt den Anfang der Recherchen als ein «hoffnungsloses Beginnen». Es fehlten Dokumente aus früherer Zeit, es begann «das Sammeln von allfällig in Kellern und Estrichen noch vorhandenen Dokumenten... Das Durchsuchen war wahrlich eine Sisyphusarbeit.» Aber das Werk gelang und erzählt eine Medizingeschichte mit Happy End.

Die Handfesseln lösen sich

Chiropraktik heisst übersetzt etwa «mit den Händen arbeiten» – diese Hände waren den Chiropraktoren z.B. im Kanton Zürich bis 1939 gebunden, die Abstimmung wurde mit einem Plakat gewonnen, das mit einem Strick gebundene Hände zeigt mit dem Text «Das Zürchervolk fesselt keine heilenden Hände». Anlässlich der Feier zum 50-Jahr-Jubiläum der Zulassung der Chiropraktik im Kanton Zürich dank dem Volksentscheid (1989) erklärte der Zürcher Regierungspräsident Peter Wiederkehr: «Die offizielle Geburt des Standes der Chiropraktoren kann – zumindest im Kanton Zürich – nicht anders als Zangengeburt nach vorgängiger erfolgloser Abtreibung bezeichnet werden!» Trotz der eindeutigen Willensäusserung des Volkes, den Chiroprakto-



Buchautor Erwin Lorez (Mitte) mit seinen Berufskollegen, Raymond Sandoz (links) und René Bosshard, die ihn bei diesem Werk unterstützt hatten. (Alle Bilder aus dem Buch «Anfänge der Chiropraktik in der Schweiz»)

ren den Zugang zur freien Praxis ihres Studienfaches zu gewähren, brauchte es Jahre geduldiger Aufbauarbeit, bis ein annehmbarer Konsens zwischen Medizin und Chiropraktik gefunden wurde. Erste Zeichen der Zusammenarbeit ergaben sich an der Basis, am Krankenbett, wo einsichtige Ärzte die Hilfe des vermeintlichen Konkurrenten im Interesse des Patienten in Anspruch nahmen.

Steiniger Weg

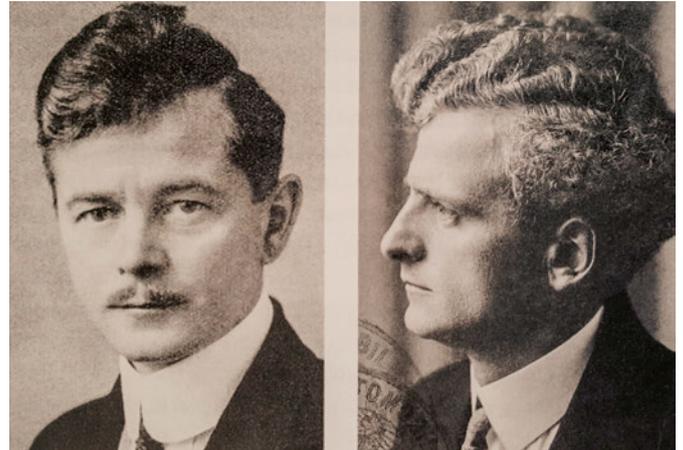
Der Kanadier Daniel David Palmer, auch DD Palmer (1845–1913), war der Begründer der Chiropraktik. Seine Idee war es, Krankheiten mittels manueller Eingriffe an der Wirbelsäule anzugehen. Seine Erfahrungen hatten ihm bewiesen, dass dies möglich ist. Die Schwachstelle der Chiropraktik war das Fehlen wissenschaftlicher Nachweise der therapeutischen Dynamik zwischen manuellem Eingriff und Besserung krankhafter Zustände. Die Erklärungen der Pioniere waren hypothetischer Natur. Sie beschränkten sich auf fünf Grundsätze: die Prädisposition des Körpers für gewisse Zustände, eine Störung im Nervensystem durch eingeklemmte Spinalnerven, meist eine Folge von Wirbelverschiebungen, die manuell behoben werden können, und auf die Selbstheilungstendenz des Körpers.



Rosmarie Borle, Bern, Journalistin BR und Redaktorin «Rücken & Gesundheit»

Die erste Praxis führte eine Frau

Im Jahre 1919 soll gemäss einigen Unterlagen Hermine Fagan-Linder, eine Amerikanerin, für sehr kurze Zeit in Matten bei Interlaken die ersten chiropraktischen Behandlungen in der Schweiz durchgeführt haben. Recherchen bei der Gemeinde ergaben aber kein eingetragenes berufliches Wirken. Nicht verwunderlich, angesichts des Verbotes heilkundlicher Tätigkeit ohne Bewilligung. Kaum ein Jahr nachdem Hermine Fagan die Schweiz mit unbekanntem Ziel verlassen hatte, eröffnete die aus New York heimkehrende Ida Gerber die erste Praxis der Schweiz in Bern. Sie war sehr erfolgreich und musste immer wieder in grössere Räumlichkeiten umziehen. Gemäss Aufzeichnungen soll sie täglich 40 bis 60 Patientinnen und Patienten behandelt haben. 1927 wurde die prominenteste Vertreterin des Berufes zur damaligen Zeit wegen Widerhandlung gegen das Medizinalgesetz verzeigt. Der Stadtarzt von Bern, Dr. Hauswirth, schrieb in seinem Bericht, bei der Chiropraktik handle es sich um eine «Schwindelmethode», über die sogar die allerdümmsten Menschen ganz von selbst stolpern sollten. Da die Dummheit gewisser Kreise aber keine Grenzen kenne, erfreue sich diese Kurpfuscherin eines grossen Zuspruchs, wobei die Damenwelt den Rekord der Dummheit noch wesentlich zu schlagen scheine. Der Richter war anderer Meinung, musste Ida Gerber aufgrund der Gesetzeslage aber schuldig sprechen. Er verordnete

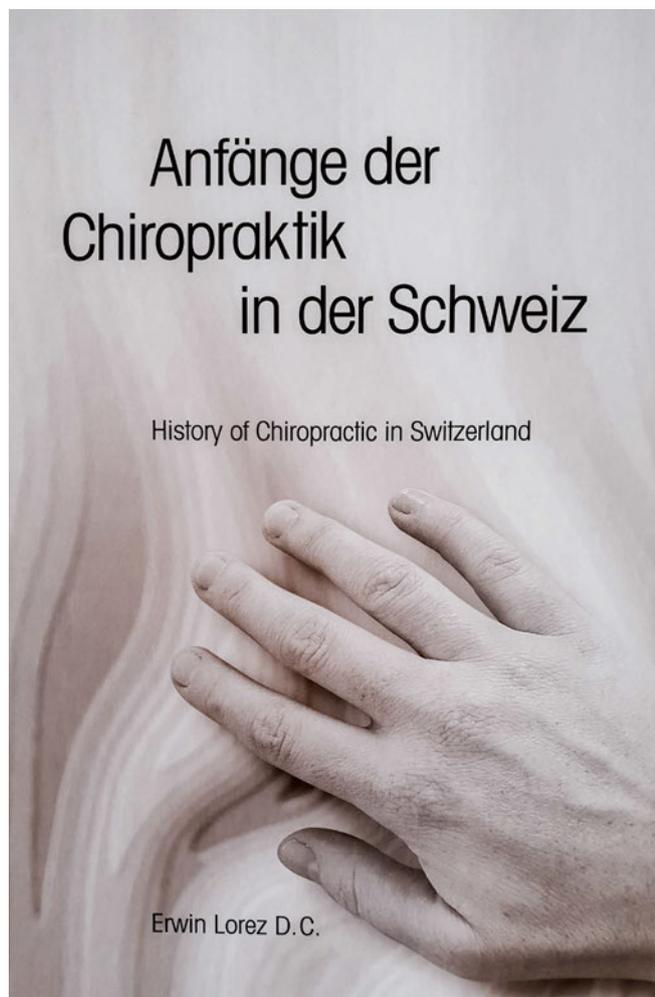


Kompromisslos, die Brüder Simon (links) und Theodor Müller

eine Busse von 30 Franken. Beim Urteilsspruch sagte er: «Wir haben es aber hier nicht mit einer amerikanischen Schwindelmethode zu tun, sondern mit einer seriösen Wissenschaft, die als solche in Amerika öffentlich anerkannt ist.» Das Gesuch von Ida Gerber beim Regierungsrat um eine Berufsausübewilligung wurde abgelehnt, dies mit der Begründung: «Die Chiropractic falle unter die Chirurgie und könne nur gestützt auf ein eidgenössisches Arzt Diplom ausgeübt werden.» Ihre Bundesgerichtsbeschwerde «wegen Willkür» wurde abgewiesen. Ida Gerber verstarb 1944, nur 53-jährig.

Kompromisslos: Simon und Theodor Müller

In der Geschichte der Anerkennung der Chiropraktik spielten die Brüder Simon (*1889-?) und Theodor (*1894-1989) Müller aus Triengen eine wichtige Rolle. Sie wanderten jung nach Amerika aus, wo sie Chiropraktik studierten und bis zu ihrer Rückkehr in die Schweiz 1927 in Kalifornien die Gemeinschaftspraxis «The Better Health Service» führten. Ihr sanguinisch-cholerisches Temperament konnten die beiden kaum zügeln, ihre Pionierarbeit in den 1930er-Jahren bestand in erster Linie aus Angriff und Gegenangriff gegen Attacken aus Kreisen der Medizin und der Obrigkeit. Ihre kompromisslose Einsatzweise hatte auch ihren Preis: Verzeigungen, Einvernahmen, Gerichtsurteile, Geld- und Gefängnisstrafen sowie drohende Ausweisung aus dem Kanton waren die Folgen. In den Augen des Volkes aber wurden diese Verfolgten, deren einziges Vergehen es war, ohne Bewilligung notleidenden Menschen zu helfen, zu wahrhaften Märtyrern. Sie genossen viel Unterstützung mittels Petitionen und Gesetzesinitiativen. Den Brüdern Müller war es zu verdanken, dass die Luzerner bereits 1937 über einen Beschluss des Grossen Rates zur ersten offiziellen Anerkennung der Chiropraktik in der Schweiz kamen. Die für die Schweiz entscheidende Auseinandersetzung im Kanton Zürich stand aber noch bevor. Teil II in der nächsten Ausgabe.



* Anfänge der Chiropraktik in der Schweiz, History of Chiropractic in Switzerland, Erwin Lorez D.C. © 2003 by Erwin Lorez. Das Buch ist in deutscher Sprache geschrieben, mit einigen englischen Texten. Der Autor ist vor einigen Jahren verstorben, seine Witwe Anna Rosa Lorez hat uns freundlicherweise die Bewilligung für diese Publikation erteilt. Das Buch ist vergriffen und nicht mehr im Handel erhältlich. Einige wenige Exemplare sind aus privater Hand noch erwerbbar. Interessierte melden sich bitte bei: rosmarie.borle@bluewin.ch.

Edy Hubacher – Leichtathlet, Bobfahrer, Lehrer und Familienvater

Edy Hubacher (78) war von Beruf Lehrer. Bekanntheit erlangte der ehemalige Spitzensportler auch als «Rätselonkel der Nation», indem er für zahlreiche Zeitschriften und Zeitungen, Radio und Fernsehen Kreuzworträtsel und sonstige Rätsel kreierte und dies immer noch macht, wie zum Beispiel für Rücken&Gesundheit.

Ein Kurzporträt über Edy Hubacher ist gar nicht möglich, so vielseitig ist der 2,03 m grosse Mann. Als einer von drei Schweizer Sportlern nahm Hubacher sowohl an Olympischen Sommer- als auch an Winterspielen teil. «Ich war auch im Klassenzimmer als Lehrer ein Zehnkämpfer, unterrichtete gerne Zeichnen, Singen, Deutsch, Französisch und vieles mehr», hat er in einem Interview vor einigen Jahren der «Berner Zeitung BZ» erklärt. Edy Hubacher war zudem von 1973 bis 2003 gelegentlich auf Radio DRS 1 Co-Moderator der Sendung Radio-Musik-Box zu hören. Dass er ehrgeizig ist, verbirgt Edy Hubacher nicht. So hat er, der häufig auf dem Golfplatz anzutreffen ist, der BZ auch sein Golfhandicap nicht verraten: «Mein Handicap, das bin ich.»

Mit dem Kreuzworträtsel ist ein Wettbewerb verbunden. Bitte schicken Sie uns das Lösungswort mit einer Postkarte an Stämpfli AG, Rücken&Gesundheit, Postfach, 3001 Bern. Unter den richtigen Einsendungen werden drei Teilnehmende ausgelost.

Die Gewinnerinnen des letzten Rätsels in Rücken&Gesundheit 1/18: Vreni Liniger, Ostermündigen, Maria Schärer, Schönenberg und Christine Wälti, Täuffelen. War es für die Herren wohl zu schwierig oder hatten sie nur Lospech?



Die sportlichen Erfolge Edy Hubachers

- 18x Schweizer Meister in fünf Disziplinen (Kugel / Diskus / Fünfkampf / Zehnkampf / Zweierbob)
- 20 Schweizer Rekorde (Kugel / Diskus / Staffel)
- Teilnehmer Kugelstossen und Diskuswerfen an den Olympischen Spielen 1968 Mexico
- Weltbestleistung Kugel im Zehnkampf mit 19,17m (dieser Rekord besteht immer noch)
- Olympiasieger Viererbob Olympische Spiele 1972 Sapporo im Bob von Jean Wicki
- Bronzemedaille Zweierbob Olympische Spiele 1972 Sapporo
- Trainer Bob Olympische Spiele 1976 Innsbruck



Lösung des letzten Rätsels: Brueckenbauer

Waagrecht: 1 Tritt, 6 dehnen, 10 Kronor, 11 Aa, 12 mi, 13 Stars, 15 Stau, 17 Go, 18 Koka(in), 20 (Sta)tus, 21 AG, 22 Arthur Hess, 25 Cervia, 26 Sporn, 27 HR, 28 Jet, 29 a.m., 31 Ippon, 33 res, 34 aha, 35 Lunn, 36 Mer, 37 Goms, 38 Ln, 39 sain de, 41 ES (Emil Steinberger), 42 EK (Eric Kästner), 43 Faszien, 44 Step, 46 Kleidung, 49 ES (Elisabeth Schnell), 50 Leon, 51 Erbe, 52 Trans, 53 Bryan.

Senkrecht: 1 Triggerpunkte, 2 RO (Roy Orbison), 3 Ins, 4 tot, 5 Traktat, 6 Diskushernien, 7 Has, 8 Natter, 9 Nouss, 10 km, 14 roh, 16 Ausnahme, 19 Arp, 21 Achilles, 22 Avion, 23 rien, 24 hot, 30 Massagen, 32 PN (Paul Newman), 33 reizlos, 34 AO, 36 Masken, 37 Gender, 39 SA, 40 Dei, 43 FP (Franka Potente), 45 Est, 47 Uri, 48 NBA, 50 LA (Lokalanästhesie).

Das neue Rätsel von Edy Hubacher

Mit dem Rätsel ist ein Wettbewerb verbunden, bitte schicken Sie uns **das Lösungswort bis am 4. August 2018 auf einer Postkarte an: Stämpfli AG, Rücken&Gesundheit, Postfach, 3001 Bern. Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir drei Gewinne:**

1. Preis Büchergutschein im Wert von CHF 100.-, 2. und 3. Preis je ein Buch «86 Paradiese», diverse Autorinnen und Autoren, Wegwarte Verlag
- Die Auflösung des Rätsels folgt in der nächsten Ausgabe.
Die Antworten für die hellblauen Felder finden Sie in unseren Artikeln.



Waagrecht:

- 1 die Alten Griechen riefen Heureka, wenn sie ein Rätsel gelöst hatten – und was die Juden und Christen?
- 9 neue ermöglichen später wieder sportliche Höchstleistungen
- 12 sie werden gepupft und nicht gestrichen
- 13 besingt nicht einen Mietwagen, sondern einen Apéro-Drink
- 15 nach Swiss ist es ein Hilfswerk und nach *First* eine lebensrettende Sofortmassnahme
- 16 ehemals portugiesisch, heute indisch – eh und je schöne Strände
- 18 eine dicke riskieren wie Jürgen von der
- 19 Nietzsche: Wohl ... der jetzt noch Heimat hat!
- 21 der Mann, der mit seinem Zauberwürfel viele in seinen Bann zog
- 23 das Kürzel verrät seine ausserirdische Herkunft
- 24 solche Projekte sollen zur Dämpfung des Kostenwachstums beitragen
- 25 der (erste) Gegenspieler von James Bond machte Ursula Andress bekannt
- 26 ein Satz in einer Suite, z.B. von Bach und – der berühmteste – von Händel
- 28 der Freiherr von Knigge, Leuenberger, Bleibtreu
- 32 Aufforderung zum (Weiter-)Leben
- 33 einer der drei Laute, die meistens – wie oben – einbuchstabig geschrieben werden
- 34 wer noch kann, tut's in Zielnähe
- 36 ist nach dem Training noch wichtiger als vorher
- 39 ob die, was auf ihre Nachkommen zukommt?
- 40 zu dieser Klinik gehört eine Poliklinik für Chiropraktische Medizin
- 41 Wiener SchauspielerIn, SängerIn und SchriftstellerIn |
- 43 steht kurz für beste Qualität
- 44 Cartoons sind die Spezialität dieses Künstlers, der gerne mit Kindern zeichnet und malt (Vorname)
- 46 im Idealfall stützt und schützt sie unser Skelett
- 52 angeschlagene 10 waagrecht stecken buchstäblich in dieser
- 53 nach Matur und mind. 9 Jahren Studium darf eigenständig einepraxis geführt werden

Senkrecht:

- 1 vor diesem Lauf wärmt man sich auch in diesem Sitz auf
- 2 die Stimme *aus dem* oder der Stürmer *im* (side)
- 3 gab ein solcher dem Dorf im Rhonetal den Namen?
- 4 geht Hand in Hand mit Arroganz
- 5 er lebte und arbeitete relativ kurze Zeit in Bern |
- 6 ein grosser Inselstaat in Down Under (Abk.)
- 7 stellte im vergangenen Jahr den Bundespräsidenten (Akz.)
- 8 als Griechen, Perser und Römer die Welt dominierten
- 9 *Die Schöpfung* ist eines der bekanntesten Werke dieses Komponisten
- 10 diese gute Hoffnung liegt an der Südspitze Afrikas
- 11 die Akteure im Gesundheitswesen sind gefordert, solche zu machen
- 12 etwas kleiner als drei Jucharten (Abk.)
- 14 vor lag, stream oder set
- 17 ein eigenständiges Fahrzeug
- 18 im Sport und in der Politik viel spannender als eine Aufzeichnung
- 20 ein parlamentarischer Vorstoss – *with*
- 22 zwei Buchstaben die alles verdoppeln
- 24 lieber ein spontanes Konzert oder eine Marmelade?
- 26 Beleg, Nachweis oder Gutachten

- 27 die Lappenkuh darf noch Geweih tragen
- 29 Schillers schönste wurde von Beethoven vertont
- 30 sein Öl wird auch in unseren Landen geschätzt
- 31 für (aufgewärmte) Kunstturner/innen und Eiskunstläufer/innen ein Klacks
- 32 ein Dorf mit Säge bei Biglen im Emmental
- 35 Mani Matter erfand eine, die jeweils nach zwei Stunden stehenblieb
- 36 *Pflücke den Tag* – das 2. Wort im Original
- 37 der höchste militärische Grad, den Theophil Lämppli erreichte (Abk.)
- 38 der Mann auf dem Mond – der erste |
- 42 wenn's im Bundeshaus «brennt», wird eine gebildet (Abk.)
- 43 Rufname von Dwight, dem 34. Präsidenten der USA
- 45 viele erfolgreiche Komiker/innen treten in dieser Formation auf
- 47 unser *Petit Prince* auf dem Eis |
- 48 V mal CXC
- 49 der Dritte im Bunde (siehe 33 waagrecht)
- 50 ihr mussten sich Militärpflichtmüde stellen (Abk.)
- 51 pflegte seine Gegner auf den Rücken zu legen, der 3-fache Schwingerkönig |

J + Y = I / Umlaut = 1 Bst. / I = Initialen / Akz = Autokennzeichen

		1	2	3	4	5	6	7	8			
	9				6					10	11	
12									13			14
15				16		17		18				9
	19	7	20		21		22	1			23	
24						11						
					25					26		27
28	29			30			31		32		2	
			33			34	3	35				
36		37	10		38		39		5			
	4				40							
41	42		43							44		45
46		47			48	49		50	51			
	52				8			53				

LÖSUNGSWORT

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Experimente – let's do it!

«Gesetzlich verordnet: Wer Rückenschmerzen hat, geht zum Chiropraktor!»

Priska Haueter

Expertenwissen war gefragt, um Ideen gegen das immer teurer werdende Gesundheitswesen zu finden. Der Bundesrat hat im vergangenen Herbst den Bericht eines namhaften Gremiums mit 38 kostendämpfenden Ideen zur Kenntnis genommen. Bald kommen von den Behörden nun erste, konkretisierte Massnahmen auf den Tisch. Alle Akteure, auch ChiroSuisse, können dazu Stellung nehmen.

Nicht überall herrscht Freude über dieses erste Paket an Massnahmen, das die Kostenexplosion unseres Gesundheitswesens stoppen soll. Die Presse titelte u.a. «Dieses erste Reformpaket tut niemandem weh», «Heisse Eisen werden nicht angerührt». Und dennoch – eine Massnahme hat Potenzial, Grenzen zu sprengen und das System aufzumischen. Die Akteure im Gesundheitswesen sollen experimentieren, und zwar mit dem sogenannten «Experimentierartikel».

Was heisst das nun konkret? Lassen Sie mich aus der Medienmitteilung des Bundesamtes

für Gesundheit (BAG) vom vergangenen März zitieren: «Kantone und Tarifpartner sollen zur Dämpfung des Kostenwachstums innovative Projekte ausserhalb des Rahmens des KVG entwickeln können.» Und damit die Patientinnen und Patienten nach wie vor geschützt sind, sind die zentralen Grundsätze des KVG und die Rechte der Versicherten selbstverständlich zu berücksichtigen.

Chiropraktische Medizin als Experiment auf der Spielwiese unseres Gesundheitswesens? Ein erschreckender Gedanke? Nein, ganz und gar nicht! Lassen Sie mich mit dem Gedanken spielen. In westlichen Ländern leiden gemäss Bundesamt für Gesundheit rund 80 Prozent der Erwachsenen im Laufe ihres Lebens ein- oder mehrmals an Rückenschmerzen. 85 Prozent der Rückenschmerzen sind unspezifisch. Sie gehen also nicht mit einer bestimmten Grunderkrankung einher und können deshalb keiner bestimmten Ursache zugeordnet werden. Auf der anderen Seite zeigen Studien, dass Patienten zufriedener und die Kosten geringer sind, wenn sie bei Rückenbeschwerden zuerst die Chiropraktorin oder den Chiropraktor aufsuchen. Die Konsequenz daraus lautet: Wer Rückenschmerzen hat, muss einen Chiropraktor konsultieren. Denn Chiropraktoren sind aufgrund ihres Studiums befähigt, Diagnosen zu stellen und die Beschwerden zu behandeln.

Nun spanne ich den Bogen zum Experimentierartikel in einem Beispielszenario: In einem geografisch definierten Gebiet, beispielsweise in einem Kanton, sind Chiropraktorinnen und Chiropraktoren Erstansprechpartner oder sogenannte Gatekeeper für alle Patienten, die Rückenschmerzen haben. Gesetzlich verordnet und zeitlich begrenzt im Rahmen des Experimentierartikels. Dies würde Hausärzte entlasten und Kosten dämpfen.

Was braucht es dazu, wenn wir die Gedanken in einer langfristigen Perspektive weiter-spinnen?

- Die Bevölkerung muss verstehen, was ein Chiropraktor tut, wie er arbeitet.
- Ein Umdenken in der Politik ist notwendig, denn der Patient soll mit seinen Beschwerden dort diagnostiziert und behandelt werden, wo er gemäss WZW-Kriterien (wirksam-zweckmässig-wirtschaftlich) am besten aufgehoben ist.
- Es braucht im Vergleich zu heute ein Vielfaches an Chiropraktorinnen und Chiropraktoren, um den Bedarf zu decken.

Fazit: Wagen wir Experimente! Dazu braucht es aber auch eine mutige und unmissverständliche Positionierung der chiropraktischen Medizin als Erstansprechpartner/Gatekeeper für Rückenbeschwerden innerhalb des Schweizer Gesundheitssystems! ■



*Herzlich, Ihre Priska Haueter, lic.phil. I
Präsidentin und CEO ChiroSuisse
Schweizerische Chiropraktoren-Gesellschaft*

**Chiropraktik-Studienplatz
Schweiz: Helfen Sie mit!**

Stiftung für die Ausbildung
von Chiropraktoren
Sulgenauweg 38
3007 Bern

Telefon: 031 371 03 01
E-Mail: stiftung-fuer-ausbildung@chirosuisse.ch
Postscheck PC 60-325771-8

**Wir sind Ihnen dankbar
für Ihre Spende!**



Verbandsnachrichten SVPC

www.pro-chiropraktik.ch
www.pro-chiropratique.ch
www.pro-chiropratica.ch

Zentralpräsident

Rainer Friedrich Lüscher, Buchserstrasse 61,
5000 Aarau
info@pro-chiropraktik.ch

Zentralsekretariat

Isabel Winkler, Tscharnerstrasse 22,
3052 Zollikofen
sekretariat@pro-chiropraktik.ch

Adressänderungen

Beatrice Rohrbach
Balmerstrasse 10
3006 Bern
mutationen@pro-chiropraktik.ch



**Aargauer Verein Pro Chiropraktik –
Sektion Aarau-Lenzburg-Fricktal**
aargau-alf@pro-chiropraktik.ch

Chiro-Gymnastik

Aarau: Sonnmatte 6, Mittwoch, 8.30–9.20 Uhr,
Barbara Willi, 062 844 32 38

Auenstein: Turnhalle, Donnerstag, 16.15–17.05 Uhr,
Barbara Willi, 062 844 32 38

Rheinfelden: Reha-Klinik, Donnerstag, 17.45–18.45
Uhr, Susanne Cebulla, 061 641 31 31

Suhr: Alters- und Pflegeheim Steinfeld,
Montag, 19.10–20.00 Uhr, Esther Kilchherr,
078 876 98 62
Schnupperlektionen jederzeit möglich.
Auskunft: Reinhard Dössegger, 062 775 22 76

Günstiger für Mitglieder

15% Mitgliederrabatt auf alle Artikel von EMPFI
med. AG, Fachgeschäft für Wohlfühl-, Entspan-
nungs- und Lagerungskissen: 5105 Auenstein,
062 777 32 57, www.empfi.ch



**Aargauer Verein Pro Chiropraktik –
Sektion Baden-Brugg**
aargau-bb@pro-chiropraktik.ch

Chiro-Gymnastik

Brugg: Bewegungsspielraum, Kirchgasse 3
Fortlaufender Kurs, Einstieg jederzeit möglich,
Donnerstag, 13.45–14.45 Uhr, Schnupperstunde
nach Voranmeldung gratis, Kursleitung und
Informationen: Sabine Senn und Trix Rey,
Bewegungspädagoginnen, 056 223 25 75/
senn-sabine@bluewin.ch

Vergünstigung für Mitglieder

gutschlafen.ch AG bietet Ihnen individuelle Beratung
für den guten Schlaf und schenkt allen Pro-Chiro-
praktik-Mitgliedern ein Kopfkissen beim Kauf von
Matratze und Lattenrost. gutschlafen.ch AG,

Bodenacherstrasse 1, 5242 Birr. Weitere Informati-
onen: www.gutschlafen.ch



**Aargauer Verein Pro Chiropraktik –
Sektion Freiamt-Seetal**
aargau-fast@pro-chiropraktik.ch



**Aargauer Verein Pro Chiropraktik –
Sektion Zofingen**
aargau-zofingen@pro-chiropraktik.ch



**Vereinigung Pro Chiropraktik
Region Basel**
pro-chiropraktik.basel@chirosuisse.ch
www.nwgc.ch

Chiro-Gymnastik

Basel: Gymnastikhalle Nonnenweg 64a: Montag,
17.00–17.50 Uhr, 18.00–18.50 Uhr; Mittwoch,
16.00–16.50 Uhr, 17.00–17.50 Uhr; Freitag,
9.00–9.50 Uhr. Gymnastikraum, Rudolfstr. 20:
Mittwoch, 16.00–16.50 Uhr, 17.00–17.50 Uhr.
Turnhalle 1, St. Alban-Schulhaus, Engelgasse 40:
Mittwoch, 20.00–20.50 Uhr

Reinach BL: Turnhalle WBZ, Aumattstr. 70/72,
Dienstag, 9.00–9.50 Uhr, 10.00–10.50 Uhr,
11.00–11.50 Uhr

Liestal: Turnhalle Bifang, Lausen: Dienstag,
20.20–21.10 Uhr. Zentrum für sanfte Bewegung,
Schwieristr. 6 b: Mittwoch, 8.00–8.50 Uhr,
9.00–9.50 Uhr, 10.00–10.50 Uhr; Freitag,
9.00–9.50 Uhr, 10.00–10.50 Uhr; Halle Dojo
Budokai, Rosenstr. 21a: Freitag, 17.30–18.20 Uhr

Preis pro Lektion: CHF 13.– für Mitglieder der
Vereinigung Pro Chiropraktik Region Basel;
CHF 15.– für Nichtmitglieder. Auskunft und
Anmeldung: Frau R. Senn, 079 274 90 79



Pro Chiropraktik Bern
info@prochirobern.ch
www.chiropraktikbern.ch

Chiro-Gymnastik

Biel: Turnhalle Peuplier, Aegertenstrasse,
jeweils Dienstag, 20.00–21.00 Uhr
Leiterin: Gabriela Zurbriggen, 076 583 33 16
oder gabi@zurbriggen.tv
Probelektion und definitive Anmeldung bei
der Kursleiterin. PCB-Mitglieder bezahlen den
vergünstigten Tarif!

Bern: Praxis Dr. Schroeder, Kirchenfeldstrasse 29,
Tel. 031 352 66 88 oder www.rueckengym.ch
Diese Kurse werden nicht vom PCB organisiert,
d. h., Sie erhalten keine Reduktionen.

Vergünstigungen für unsere Mitglieder

Sie profitieren bei folgenden aufgeführten Anbietern
von Preisreduktionen. Über die aktuellen Angebote
für PCB-Mitglieder geben die Anbieter direkt oder
über www.chiropraktikbern.ch Auskunft.

Neu: Pilates Biel

Pilates Biel/Bienne gewährt PCB-Mitgliedern 10%
auf ein 10er-Abo «Pilates Matclass». Der Kurs «Be
balanced» richtet sich speziell an Menschen mit
Rücken- und anderen körperlichen Beschwerden.
www.pilates-biel.ch

Neu: Pilates Bern2

PCB-Mitglieder trainieren mit 10% Rabatt auf das
gesamte Angebot von Pilates-Gruppen- und Perso-
nal-Training. Probelektion 50% Rabatt. Ganzes
Angebot und Lektionen für Menschen mit Rücken-
und/oder Nackenschmerzen: www.pilates-bern.ch.
Telefonische Beratung: 078 864 88 04.

Arena Fitness + Wellness Club, Stade de Suisse Wankdorf, Papiermühlestr. 83, Bern

Infos unter Tel. 031 332 66 66 oder
www.arena-fitness.ch

Aquateam Bern: Wasserfitness-Kurse

Infos unter Tel. 031 990 10 00 oder
www.aquateam.ch

Rückenzentrum, Rodbattstrasse 90, Bern

Infos unter Tel. 031 331 44 88 oder
www.rueckenzentrum.ch

CTS – Congrès, Tourisme et Sport SA, Zentralstrasse 60, 2502 Biel/Bienne

Infos unter Tel. 032 329 19 51 oder
www.ctsbiel-bienne.ch



Genfer Verein Pro Chiropraktik
geneve@pro-chiropratique.ch
www.prochiropratique.ch



**Pro Chiropraktik Graubünden
und St. Galler Oberland**
pro-chiropraktik.graubuenden@chirosuisse.ch

Chiro-Gymnastik

Ilanz: Fitnesscenter Vitafit, Info: 081 925 23 43.
Ermässigung für Vereinsmitglieder!



**Freiburgische Vereinigung
Pro Chiropraktik**
pro-chiropratique.fribourg@chirosuisse.ch
www.prochirofribourg.ch

Chirogym

Bulle: Let's Go Fitness, route du Verdel 22
(déplacement pour une année), mardi 9h et 10h,
Laura Grande (FR), 076 452 41 87.

Faoug: Studio Danse Balanced Bodies, Rte de
Salavaux 45, mardi 8h30, Marjolein Schürch
(DE+FR), 026 672 16 56, mercredi 10h, Kathrin
Mayer (DE+FR), 026 670 57 57, jeudi 18h15,
Marjolein Schürch (DE+FR), 026 672 16 56.

Fribourg: Pensionnat Ste-Agnès, rte des Bonnes-
fontaines 7, lundi 18h45, Mireille Mauron (DE+FR),
079 772 74 77, mardi 19h, Randall Jones (DE+FR),

Patientenorganisation

079 777 11 86, mercredi 9h, et vendredi 10h30,
Laura Grande (FR), 076 452 41 87.

Giffers: Sporthalle, Donnerstag, 17.30 Uhr, Sandra Berger (DE+FR), 079 395 61 02.

Murten: Gymnastikraum, 1. Stock, Sporthalle der OS Murten, Mittwoch, 18 Uhr, Pascale Cuony (DE+FR), 079 533 08 83, Mittwoch, 19 Uhr, Anne Meissner (DE), 076 613 25 70.

Payerne: Nouveau 2017! Halle de gym du collège de la Promenade, route de la Grosse Pierre, lundi 17h30, Karine Leuenberger (FR), 079 823 82 06.

Romont: Halle de gym, rue des Avoines (vieuille ville), vendredi 17h, Lucie Ogay (FR), 079 532 35 16.

Villars-sur-Glâne: Dojo du Guintzet, avenue Jean-Paul II 13, lundi 8h15 et 9h30, et mercredi 19h, Mireille Mauron (DE+FR), (2018 complet/ausgebucht).

Vuadens: Halle de gym, mercredi 19h, Frédérique Moret (FR), 026 912 02 43.

Rechthalten: Zentrum Weissenstein, Montag, 18.45 Uhr, Anita Buchs (2018 complet/ausgebucht).

Anmeldung (je nach Verfügbarkeit) bei den jeweiligen Instruktor/innen vor der ersten Lektion: CHF 275.-/Jahr.

Mehr Infos: www.prochirofribourg.ch

Als Mitglied der FVPC erhalten Sie eine 10%-Karte, gültig in folgenden Geschäften: Möbel Lehmann, Düdingen; Meubles Kolly, Romont; Cycles Intergiboux, Rossens; Mondo Sport, Murten; Trilogie Sport, Belfaux.



Luzerner Verein Pro Chiropraktik

info@lvpc.ch
www.lvpc.ch

Pilates, Rückengymnastik, Aquagymnastik

Aktuell bieten wir 38 verschiedene Kurse in Luzern, Kriens, Emmen und Willisau an. Profitieren auch Sie als Teilnehmer von unserem breiten Spektrum an Erfahrungen, von dynamischer Aktivität bis hin zur tiefen Entspannung. Die Lektionen sind frisch, lebendig, intensiv, motivierend und abwechslungsreich gestaltet. Bei entsprechender Zusatzversicherung können unsere Kurse von der Krankenkasse abgerechnet werden.

Das ausführliche Angebot finden Sie auf unserer Website www.lvpc.ch. Seit 2017 gibt es speziell Kurse für Männer.

Für Schnupperlektionen und weitere Auskünfte melden Sie sich bitte bei Esther Imfeld, Tel. 041 320 31 00, oder senden Sie uns eine Mail.



Pro Chiropratique NE-JU

pro-chiropratique.neuchatel@chirosuisse.ch
www.prochiropratique.ch

Cours de chiro-gymnastique

Neuchâtel: Collège primaire, Mail 13; les lundis à 17h00, 18h00 et 19h00.

La Chaux-de-Fonds: Collège des Gentianes; les mardis à 17h00, 18h00 et 19h00.

Colombier: Centre de loisirs, Sentier 1A; les jeudis à 18h00. Renseignements: M^{me} Sonia Matthey, monitrice SNO, 032 731 95 62

Comité

Nous recherchons toute personne intéressée désirant œuvrer au sein de notre comité. Veuillez adresser votre candidature au président: Markus Huerbi, markmar@hotmail.com



Oberwalliser Vereinigung

Pro Chiropraktik

pro-chiropraktik.oberwallis@chirosuisse.ch

Chiro Nordic Walking und Aqua Fit

Neu werden im Oberwallis Chiro-Nordic-Walking- und Chiro-Aqua-Fit-Kurse angeboten. Mitglieder des Oberwalliser Vereins Pro Chiropraktik profitieren von vergünstigten Kurskosten. Die Kurse werden von einem diplomierten Instruktor geleitet. Informationen: 027 923 22 03.



Schaffhauser Vereinigung

Pro Chiropraktik

pro-chiropraktik.schaffhausen@chirosuisse.ch

Chiro-Gymnastik

Montag, 18.30 Uhr, Turnhalle Emmersberg, Schaffhausen, Heidi Scherer-Zubler, 052 624 71 02

Dienstag, 10.00 Uhr, Ballettsaal, Rheinstrasse 23 (neben der Schulzahnklinik), Schaffhausen, Heidi Scherer-Zubler, 052 624 71 02

Dienstag, 20.00 Uhr, Turnhalle Dreispitz, Herblingen, Ingrid Karsai, 052 533 18 35

Mittwoch, 14.00 Uhr, Bewegungsraum Cardinal, Schaffhausen, Ingrid Karsai, 052 533 18 35

Donnerstag, 18.30 Uhr, Turnhalle Gemeindefeld, Neuhausen, Heidi Scherer-Zubler, 052 624 71 02

Schnupperlektionen sind jederzeit möglich. Unsere Chiropraktoren empfehlen die Chiro-Gymnastik-Kurse und geben Ihnen gerne Auskunft.



Solothurner Vereinigung Pro Chiropraktik/Sektion Oberer Kantonsteil

pro-chiropraktik.solothurn-ok@chirosuisse.ch

Chiro-Gymnastik

Bettlach, Gymnastiksaal Werkhof
Donnerstag, 8.45-9.35 Uhr

Donnerstag, 10.00-10.50 Uhr
Info: Ursula Bigler, 032 645 12 54

Feldbrunnen, Turnhalle
Montag, 8.15-9.05 Uhr

Donnerstag, 8.15-9.05 Uhr
Info: Franziska Cathrein, 076 414 45 88

Grenchen, Turnhalle Kastels

Donnerstag, 18.00-18.50 Uhr
Donnerstag, 19.00-19.50 Uhr
Info: Ursula Bigler, 032 645 12 54

Solothurn, Turnhalle Fegetz

Montag, 20.00-20.50 Uhr
Info: Daniela Kruppenacher, 032 681 03 73



Pro Chiropraktik-Verein SG/AR/AI

stgallen-appenzell@pro-chiropraktik.ch

Mitgliederbeiträge: einzeln CHF 40.-, Paare CHF 65.- pro Jahr. GV-Nachessen und Herbstausflug für Mitglieder inbegriffen. Anmeldungen an erwähnte Mailadresse oder an Hans Frey, Zwysigstrasse 35, 9000 St. Gallen

Chirofit, Pilates und Faszientraining

Chirofit und Pilates machen beweglich und stark, geben Vertrauen und Sicherheit zurück. Persönlich individuell und professionell trainieren Sie Haltung, Kraft und Form.

Neu: Faszientraining und Bellicon-Trampolin 10% Ermässigung für Mitglieder des Pro Chiropraktik-Vereins.

Beratung und Auskunft: Eveline Kessler, Schreinerstrasse 7, 9000 St. Gallen, 078 671 90 40, www.fit.ch



Pro Chiropratica Ticino

pro-chiropratica.ticino@chirosuisse.ch
www.prochiropratica.ch

Chiro-Gym Corsi in Ticino

Corsi di ginnastica Ticino sopraceneri: Palestra scuola comunale Muralto, ogni mercoledì dalle ore 18.45 alle 19.45.

Monitore: sig. Rosa Ramelli 079 772 56 76, rosaramelli@hotmail.com.



Association vaudoise

Pro Chiropratique

pro-chiropratique.vaud@chirosuisse.ch
www.prochiropratique.ch

Chiro-gymnastique

Les cours de gymnastique du dos sont donnés par des physiothérapeutes ou monitrices professionnelles reconnues par Qualitop.

Cours n° 1: Lundi 18h15, Collège de Béthusy, av. de Béthusy 7, Lausanne.

Cours n° 2: Lundi 19h, Collège de Béthusy, av. de Béthusy 7, Lausanne.

Cours n° 3: Jeudi 18h15, Ecole primaire de Montriond, av. Dapples 58, Lausanne.

Cours n° 4: Jeudi 19h, Ecole primaire de Montriond, av. Dapples 58, Lausanne.

Cours n° 5: Mercredi 18h30, rue des Prés-du-Lac 30 B, salle Saolim, 1400 Yverdon.

Chaque séance dure ¾ d'heure, une fois par semaine. Pour tous renseignements, s'adresser à: Association vaudoise Pro Chiropratique, pl. du tunnel 13, 1005 Lausanne, tél. 021 323 44 08 ou fax 021 323 44 09. Présidente: D^e Lawrence Cornelius, président, tél. 021 801 71 35.

ARBEITSPLATZERGONOMIE

ErgoPoint – Beratung und Verkauf
www.sitz.ch – Telefon 044 305 30 80

RICHTIG LIEGEN UND SCHLAFEN

Professionelle Liegeberatung IG RLS
Ihre Liege- und Schlaftherapeuten
Telefon 044 821 90 89 – www.ig-rls.ch

THERAPIE UND TRAINING

Med. Rücken-Center Zürich
www.rueckencenter.com
Telefon 044 211 60 80

GESUND SITZEN UND SCHLAFEN

Rückenzentrum Thurgau
8585 Langrickenbach
Telefon 071 640 00 40, www.benzinger.ch

SITZEN – LIEGEN – STEHEN – GEHEN

Thergofit, Rückenzentrum, Bad Ragaz,
Tel. 081 300 40 40 – Fax 081 300 40 41
www.thergofit.ch

Für CHF 200.– pro Jahr (4 Ausgaben) platzieren wir Ihre Firma in diesem Register. Weitere Infos unter Tel. 031 300 63 87 oder unter E-Mail inserate@staempfli.com (zusätzliche E-Mail-Adresse plus CHF 100.–).



Pro-Chiropratique du Valais romand
pro-chiropratique.valais@chirosuisse.ch
www.prochiropratique.ch

Cours de chiro-gym

A Sierre. Renseignements au 078 810 00 69.



Zuger Vereinigung Pro Chiropraktik
pro-chiropraktik.zug@chirosuisse.ch
www.chirozug.ch

Chiro-Gymnastik

Turnangebot in allen Gemeinden, bitte melden bei
Turnleiterin Klara Nussbaumer, nklara@bluemail.ch



Zürcher Verein Pro Chiropraktik
Präsidentin Ruth Gsell-Egli
ruth.gsell@zvpc.ch – www.zvpc.ch
www.chirosuisse.ch/de/medien/kontakte

Impressum

Herausgeberschaft

Schweizerische Vereinigung Pro Chiropraktik (SVPC)
Schweizerische Chiropraktoren-Gesellschaft
ChiroSuisse

Erscheinungsweise

 4-mal jährlich

Jahresabonnement: durchschnittlich CHF 25.–
(je nach Sektion) inkl. Mitgliedschaft SVPC
Nur Jahresabonnement: CHF 20.–
Einzelnummer: CHF 5.–

Auflage

deutsch: 22 000 / französisch: 6800 / italienisch 1300

Redaktion

Rosmarie Borle
E-Mail rosmarie.borle@bluewin.ch

Fachlicher Beirat

Dr. iur. Franziska Buob, Zürich, Dr. Peter Braun,
Chiropraktor, Zürich, Dr. Marco Vogelsang, Chiropraktor,
Zürich, Rainer Lüscher, Aarau, Dr. Rebecca Duvanel,
Chiropraktorin, La Chaux-de-Fonds, Dr. Yvonne Juvet,
Chiropraktorin, Buttes

Internet

www.chirosuisse.info – www.pro-chiropraktik.ch

Adressänderung/Abonnemente

Adressänderungen bitte schriftlich melden.
Beatrice Rohrbach, Balmerstrasse 10, 3006 Bern,
E-Mail mutationen@pro-chiropraktik.ch

Anzeigen

Stämpfli Fachmedien, Vanessa Jost, Anzeigenleiterin,
Wölflistrasse 1, Postfach, 3001 Bern, Tel 031 300 63 87
E-Mail inserate@steampfli.com

Realisation / Druck

Stämpfli AG
Wölflistrasse 1, Postfach, 3001 Bern
Tel. +41 31 300 66 66, www.staempfli.com
Layout: Tom Wegner

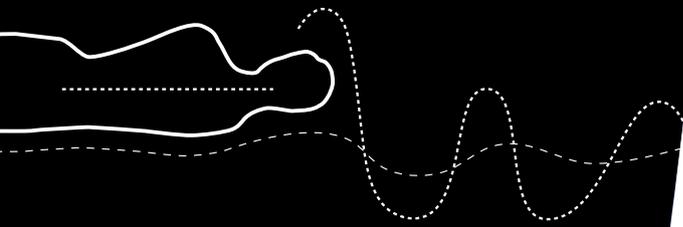
Männlich und weiblich

In sämtlichen Texten unserer Zeitschrift sind immer beide
Geschlechter gleichberechtigt mitgemeint, auch wenn
dies aus Gründen der sprachlichen Verständlichkeit nicht
immer aufgeführt ist.

Rücken & Gesundheit: ISSN 1661-4313

Gedruckt in der Schweiz

GESUNDER SCHLAF



SWISS SLEEP SCIENCE
PERSONALIZED



 **swissbiomechanics**

Rücken- & Liegeanalysen

Mit einer umfangreichen Rücken- und Liegeanalyse als Ergänzung zu unserer ganzheitlichen Bewegungsanalyse eröffnen wir in der Ursachenfindung und Lösung von Beschwerden ganz neue Dimensionen.

Jetzt Rücken- und Liegeanalyse buchen!

- + bei Schmerzen im Liegen und im Alltag
- + bei Fehlhaltungen und Verspannungen
- + bei Beschwerden im Nacken- & Rückenbereich
- + bei Beeinträchtigung der Körperstatik & Wirbelsäulenbeweglichkeit
- + für die Optimierung der persönlichen Biomechanik im Liegen mit Beratung für ein individuelles Schlafsystem
- + für die Regeneration der Bandscheibe
- + für bessere Erholung durch erhöhte Schlafqualität

In Partnerschaft mit:



Tel. 0848 000 433
www.swissbiomechanics.ch

*Angebot gültig gegen Abgabe dieses Inserates bis 31.08.2018. Telefonische Voranmeldung unerlässlich. Nicht kumulierbar.



Zurich Forum for Applied
Sport Sciences
by  **swissbiomechanics**

Vorabend, 12. September und
Donnerstag, 13. September 2018

[Anmeldung/Infos/Programm](http://www.zfass.com)
www.zfass.com



* mit dem Code RUG-RZF bis 31.08.2018 unter www.zfass.com

FORUM - PROGRAMM 2018*

Dr. med. Elisabeth Anna Aschl
Ist Tanzen Medizin?

PR Dr. Dominic Gehring
Von der akuten Verletzung zur chronischen Sprunggelenkinstabilität.

MSc, PhD Andreas Küttel
Karrierebetreuung im Übergang ins Leben nach dem Elitesport.

Dr. med. Christian Schmied

The upper limit of sport – can we damage our heart with too much exercise?

Prof. Dr. Veit Senner

Zu besserer Leistung mittels optimiertem Sportequipment.

Prof. Dr. Taube Wolfgang

Sensomotorik - Gleichgewicht und Gleichgewichtstraining.

Prof. Dr. Christian Wolfrum

The role of brown fat in energy expenditure and metabolic control.

* Programmänderungen vorbehalten

Veranstaltet durch das ETH Spin-off Unternehmen

 **swissbiomechanics**

Hauptpatronate

ETH zürich

medbase