

Ein Stups und fast alles wird gut

ATLASTHERAPIE Eine Behandlung am obersten Halswirbel soll von Rückenschmerzen, Zähneknirschen und Kopfschmerzen befreien. Was ist dran an der Atlastherapie?

VON ANNIKA STENZEL

Es zwickt und zwackt, es zieht und schmerzt. Mehr als 80 Prozent der Deutschen haben in ihrem Leben schon einmal Rückenschmerzen gehabt. Therapien gibt es viele: Chiropraktiker renken ein, es gibt unterschiedlichste Massagen, Akupunktur, Schmerztherapie, Physiotherapie und vieles mehr.

Eine unter den vielen Therapien ist die sogenannte Atlasprofilax. Sie beruht auf der These, dass der Atlas, der oberste Halswirbel, der den ganzen Kopf trägt, bei fast allen Menschen „fehlrotiert“ ist. Atlasterapeuten sehen in einem fehlgestellten Atlas den Grund für zahlreiche Beschwerden und Erkrankungen, die verschwinden können, wenn der Atlas wieder in der richtigen Position sitzt. Auch das seelische Gleichgewicht soll mit dem Atlas zusammenhängen.

Besonders häufig wird die Atlastherapie bei Migräne und Fehlstellungen der Wirbelsäule eingesetzt. „Wir haben auch schöne Erfahrungen bei Epilepsie und Parkinson sammeln können“, sagt Gernot Flick, der in Hamburg gemeinsam mit seiner Frau eine Praxis für Atlasprofilax betreibt.

Über den Nutzen und die Wirkung der verschiedenen Atlasterapien wird viel gestritten. „2002 unterlag die Atlastherapie nach Arlen einer wissenschaftlichen Bewertung durch den Bundesausschuss der Ärzte und Krankenkassen“, sagt Bernd Kladny, Chefarzt der Abteilung für Orthopädie, M&I-Fachklinik Herzogenaurach, der sich wissenschaftlich mit der Atlastherapie nach Arlen beschäftigt hat. Es wurde entschieden, die Methode nicht als Leistung in der vertragsärztlichen Versorgung anzuerkennen, weil weder Leitlinien vorliegen, noch hochwertige wissenschaftliche Arbeiten, die den Erfolg belegen. Bei der Atlas-



Wenn die Last zu schwer wird: Atlastherapie Foto: kallejipp/photocase.com

therapie nach Arlen wird der Impuls auf den Atlas mit dem Finger gegeben, bei der Atlasprofilax wird dazu ein Gerät benutzt. Orthopäde Kladny sagt über die umstrittene Methode: „Die Atlastherapie ist kein Humbug, es gibt Hinweise, dass sie helfen kann, eindeutige wissenschaftliche Beweise aber gibt es nicht. Dies ist aber bei zahlreichen Therapieverfahren in der Medizin der Fall.“

Flicks Praxis liegt in Hamburg-Blankenese, im Wartezimmer laufen Erklärvideos über die Therapie. In einem kurzen Gespräch erkundigt sich Flick über die Beschwerden: in meinem Fall Zähneknirschen, krummer Rücken, immer wieder Nackenschmerzen, typische Maushand-Verspannungen. Flick prüft meinen Atlas, lässt mich die Arme heben und über die Schultern gucken dann geht's los.

Mit einem Massagegerät fährt Flick mir am Hals entlang. Es stupst etwas unsanft, ist aber nicht unangenehm. Damit wird die Muskulatur des Halses gelo-

„Die Atlastherapie ist kein Humbug, es gibt Hinweise, dass sie helfen kann, eindeutige wissenschaftliche Beweise aber gibt es nicht. Dies ist aber bei zahlreichen Therapieverfahren in der Medizin der Fall“

BERND KLADNY, ORTHOPÄDE

ckert, bevor ein zweites, kleineres Gerät zum Einsatz kommt. Auch das stupst – ein wenig fester – und das war es dann auch schon. Sofort kann ich meine Arme höher heben und besser über die Schultern sehen. Der Rücken kribbelt als seien Ameisen drin.

Die Behandlung kostet etwa 180 Euro und die Patienten müssen sie selbst bezahlen. Lediglich „in Einzelfällen würden private und gesetzliche Kassen die Kosten übernehmen“, sagt Flick. Die Behandlung ist laut Flick für jeden geeignet: „Wir korrigieren lediglich keine Frauen während der Schwangerschaft“, sagt er.

In den ersten Tagen nach der Behandlung tut immer irgendwas weh: Das Knie zieht, der Rücken spannt, der Ellenbogen schmerzt. Flick freut sich darüber: „Wie in jedem Naturheilverfahren kann es kurz die berühmte Erstverschlimmerung geben, beispielsweise der Kopfschmerz bekommt“, sagt er. Zudem sei ein Muskelkater-schmerz am Rücken nicht selten.

Ein bis zwei Wochen später der zweite Termin. Dabei werde ich nur noch mit dem Stupsgerät massiert und bekomme die Aufgabe, in den nächsten zwei Wochen vor dem Schlafengehen den Nacken zu ölen und eine Wärmflasche zu verwenden. Wiederkommen muss man nicht mehr. Nach der zweiten Behandlung ist die Therapie beendet. Denn sitzt der Atlas einmal richtig, bleibt er, wo er ist.

Nach etwa zwei Monaten sollte man Ergebnisse merken. Ich merke was: Ich bin zwar nicht von allen Übeln befreit, das hatte ja aber auch keiner versprochen. Aber: Mein Rücken ist gerader, die Haltung hat sich etwas verbessert und auch das Zähneknirschen ist etwas weniger geworden. Ob das von der Atlasprofilax kommt? „Wenn man von der Methode überzeugt ist, kann auch der Placebo-Effekt zu einer Heilung beitragen“, sagt Kladny.

GESUNDHEITS-TIPPS

Spezielle Kosmetikseminare für Krebspatientinnen bietet die gemeinnützige Gesellschaft DKMS LIFE beim Caritasverband in Lübeck und am Klinikum Bremen-Nord an. Hier lernen die Frauen, die sichtbaren Folgen der Krebsbehandlung wie Haarverlust, Augenbrauen- und Wimpernverlust oder Hautirritationen zu kaschieren. Information und Anmeldung: Caritasverband Lübeck e.V. unter ☎0451/79946117, Klinikum Bremen-Nord ☎0421/66061050

Im Gesprächskreis über Brustkrebs können sich betroffene Frauen über Behandlung und Umgang mit dem Krebs austauschen – anmelden nicht nötig. Jeden ersten Donnerstag eines ungeraden Monats von 18 bis 20 Uhr. Nächster Termin ist am 6. September. Albertinen-Krankenhaus, Seminarräume in der Kirche am Krankenhaus, Hogenfelder Straße 28, Hamburg.

Eine neue Drogenklinik eröffnet wurde im Hamburger Stadtteil Rothenburgsort. Die Einrichtung richtet sich an Menschen, die bereits eine körperliche Entgiftung hinter sich haben. Angeboten werden Einzel- und Gruppensitzungen, Bewegungstherapie und Sozialberatung. In den drei Häusern gibt es 44 Plätze in der Fachklinik und 18 Plätze in der „Clean-WG“. Ursprünglich

sollte die Klinik im Stadtteil Wandsbek eröffnet werden, damals scheiterte das Projekt aber am Widerstand der Anwohner. Mehr Informationen gibt es auf www.jugendhilfe.de.

Kostenlose Pflegekurse für Angehörige, Freunde und Interessierte bietet das Wilhelmsburger Krankenhaus Groß-Sand an. Es geht u. a. um praktische Übungen zur pflegerischen Versorgung und Bewegung oder auch um bessere Stressbewältigung. Die nächsten Kurse finden am 7., 20. und 21. September statt. Anmeldung unter ☎040/75205322 oder e.sander@gross-sand.de.

Spaß an der Bewegung will das Projekt „Judo bewegt adipöse Kinder“ am UKE in Hamburg vermitteln. Los geht es diesen Herbst, es dauert zwölf Monate und richtet sich an Kinder zwischen sieben und 14 Jahren. Voraussetzung für die Teilnahme ist eine Empfehlung des Kinderarztes. Mehr Informationen und Anmeldung unter judo-kids@uke.de.

Nur fünf von insgesamt 33 Hamburger Krankenhäuser verfügen laut der Verbraucherzentrale über ein gut erreichbares, patientenorientiertes Beschwerdemanagement. Mehr Informationen gibt es auf www.hkgev.de.

Depressionen
Achtsamkeitstraining MBCT zur Rückfallprophylaxe
30. August – 18. Oktober
Heike Wagner / HB-Neustadt
Tel. 0421 – 5 97 55 53
www.wagner-lebensweisen.de

Betreutes Wohnen
Psychosozialer Trägerverein Eppendorf/Eimsbüttel e.V.
Mitglied im Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband
Entspannung, Ausgleich und Wohlbefinden durch
Ohrakupunktur
ein Angebot für jedermann
jeden Dienstag
zw. 18.30 u. 20.00 Uhr
in den Räumen des PST e.V.
Goebenstraße 11/
Ecke Tresckowstraße
20253 Hamburg
Tel. 40 86 85
Kosten 10,00 €
(ermäßigt 7,50 €)

taz thema
Gesundheit
nächste Termine
20. Oktober,
15. Dezember
2012
Anzeigen: Martina Fraedrich
040 – 38 90 17 454
anzeigen@taz-hamburg.de

Wenn die neue Hüfte nicht mehr mitmacht

ENDOPROTHESEN Künstliche Gelenke verschleifen schnell. Die TU Harburg hat drei Gründe dafür gefunden und im Bremer Diako-Krankenhaus will man nun höhere Standards für Hüftgelenk-OPs einführen

Jede neunte Hüftprothese macht Probleme – sie verursacht Schmerzen, sitzt nicht richtig, muss im schlimmsten Fall wieder ausgetauscht werden. Das ist das Ergebnis einer Untersuchung der TU Hamburg-Harburg. Michael Morlock, Direktor des Instituts für Biomechanik in Harburg, forscht seit 15 Jahren zum Thema Hüftprothesen und dämpft die Erwartungen an die künstlichen Gelenke.

„In manchen Internetforen wird der Eindruck erweckt, dass es keinerlei Einschränkung nach einem Hüftgelenkersatz gibt“, sagt Morlock. Das reiche bis zu der Aussage, dass es auch wieder möglich sei, Kampfsport auszuüben. „Auch wenn dieses im Einzelfall zutreffend sein mag, ist es doch als allgemeine Erwartungshaltung äußerst problematisch.“

Morlock sieht drei Ursachen für das Versagen der künstlichen Gelenke: Das Material – üblicherweise Metall, Keramik oder der Kunststoff Polyethylen – oder das Design des Herstellers bereiten Probleme, die Prothese wurde durch die Mediziner nicht optimal eingesetzt oder der Patient hat sich zu früh zu stark belastet.

Morlock rät den Patienten davon ab, sich für ein künstliches Gelenke aus einem neuen und noch nicht lange erprobten Material zu entscheiden. Da fehlten einfach die Langzeitstudien, sagt Morlock. Nach seiner Überzeugung versprechen „bei korrekter Einbausituation und Belastung durch die Patienten sämtliche verfügbaren Materialpaarungen einen hervorragenden klinischen Langzeiterfolg“.

Mehr als 210.000 Menschen bekommen jährlich in Deutschland ein neues Hüftgelenk, bei mehr als 175.000 Patienten wird ein neues Kniegelenk eingesetzt, in der Regel wegen Verschleißes. Eine Routineoperation, nach der sich die Patienten nach oft jahrelangen Problemen meist wieder besser bewegen können. Meistens, aber nicht immer: Jedes Jahr sind rund 35.000 Wechseloperationen nötig, weil zum Bei-

spiel nach dem Eingriff mechanische Probleme auftauchen oder Infektionen durch den Einsatz eines künstlichen Gelenks verursacht werden.

Genaueres über die Gründe, warum eine Operation nach dem Einsatz eines künstlichen Knie oder einer Hüftprothese wiederholt werden muss, ist bis heute nicht bekannt – im Gegensatz zu vielen anderen Ländern gibt es in Deutschland kein Register, in dem die Problemfälle systematisch ausgewertet werden. Ein Endoprothesenregister Deutschland ist geplant und soll bis 2013 kommen. Allerdings wird nicht verbindlich vorgeschrieben, dass die langfristige Wirkung dieser Operationen gemeldet werden muss. Es werden also nur Operationen derjenigen Kliniken ausgewertet werden können, die ihre Daten auf freiwilliger Basis zur Verfügung stellen.

Das Evangelische Diakonien-Krankenhaus Bremen-Gröpelingen, kurz Diako, gehört zu den bundesweit 23 Krankenhäusern, die sich demnächst als deutsches Endoprothesenzentrum zertifizieren lassen wollen. Dort sollen dann einheitliche Qualitätsstan-

dards für den Einsatz von neuen Hüft- und Kniegelenken gelten. Dabei müssen die zertifizierten Krankenhäuser u. a. eine Mindestanzahl an Endoprothesenoperationen durch zwei Hauptoperatoren nachweisen und direkt nach der OP und ein Jahr später den Zustand des Patienten ermitteln – ist er mit dem Verlauf zufrieden, hat er noch Schmerzen, ist die volle Beweglichkeit wiederhergestellt?

„Es gibt derzeit keine Verfahren, mit denen wir die steigende Belastung von künstlichen Gelenken testen können“, sagt Carsten Perka, Direktor der Klinik für Orthopädie an der Berliner Charité und warnt vor übertriebenen Hoffnungen an ein neues Hüftgelenk. Die Materialien werden zwar immer besser, müssten aber auch immer mehr aushalten können, sagt Perka. Eine künstliche Hüfte halte im Schnitt 20 Jahre, bei sehr aktiven Menschen könne die Zahl der Bewegungszyklen aber auch schon nach drei Jahren erreicht sein. Man könne also keine generelle Aussage darüber treffen, wie lange es wahrscheinlich keine Probleme gebe. **JOACHIM GÖRES**

Renate Petersen
PSYCHOTHERAPIE (HP)
Mein Therapieangebot umfasst: Einzel-, Paar- und Familientherapie, mit Verfahren aus der Gesprächs-, Gestalt- und Systemischen Therapie. Sie können damit neues Verhalten erarbeiten und im Alltag einsetzen. Mit welchen Anliegen Sie auch kommen, ich behalte diese wesentlichen Ziele im Auge: Sie gelangen zu mehr Freude, Kraft und Wachstum in allen Bereichen Ihres Lebens.
040 - 82 27 97 27 • info@petersen-renalte.de • www.petersen-renalte.de

GYROTONIC®
Intelligentes Fitnessstraining mit Personal Trainer für Körper & Seele
• Hohe Ästhetik
• Ideal für Rücken & Bauch
• Haltungskorrektur
• Für jedes Alter & jedes Trainingsniveau
Tanja Villinger (Tänzerin)
Tel.: 040 / 570 16 847
Hoheluftchaussee 97 in Hamburg
www.tybas-dance.com

Achtsamkeit.
Betriebliche Gesundheitsförderung:
Wir bieten Shiatsu am Arbeitsplatz.
somaVida
Informationen, Probetermine:
www.somavida.de
04101-370 91 86