

Adoleszente Skoliose

- idiopathisch
oder
energetische
Genese?

Etwa 80 % der Skoliosen – also Wirbelsäulen, die von der harmonischen S-Form in der Körperlängsachse nach lateral signifikant abweichen – sind idiopathischen Ursprungs. Das bedeutet so viel, dass es aus westlicher medizinischer Sicht keine genaue Ursache gibt. 85 % Prozent der idiopathischen Skoliosen betreffen Jugendliche im Alter von 12–16 Jahren, eine Lebensphase, in der das Wachstum der Wirbelsäule am schnellsten vor sich geht. Man nennt sie „adoleszente Skoliosen“.

Dieser Wachstumsschub in der Pubertät – im Vergleich zum Kindesalter – führt auch zur stärksten Krümmung der Wirbelsäule. Die erhöhte Wachstumsgeschwindigkeit setzt bei Mädchen etwa ab dem Alter von 10 und bei Jungen im Alter von 12 Jahren ein und dauert ca. 3–4 Jahre. Die Gefahr der Entstehung einer Skoliose ist in dieser pubertären Lebensphase am stärksten.

Die Pubertät ist die Zeit des Wachstums, in der das Kind zum Jugendlichen reift. Neben der Geschlechtsreife sind auch körperliche Strukturen in permanenter Veränderung begriffen. Energetisch betrachtet ist es die vorherrschende Wandlungsphase des Holzes, eine Lebensphase, in der der junge Mensch für seine persönliche Entfaltung Bewegungs- und Ausdrucksmöglichkeiten braucht.

Wie sieht es mit der strukturellen Veränderung der Wirbelsäule aus, also der stetigen Entwicklung einer Skoliose? Nachdem ich im Shiatsu dieses Phänomen erfahren habe, möchte ich wichtige, damit einhergehende energetische Zusammenhänge darstellen.

DAS JING (DIE ESSENZ) – ZUSTÄNDIG FÜR DIE KNOCHENENTWICKLUNG

Das wichtigste energetische Organ für die Wirbelsäule ist die Niere, die Qi als „Essenz“ speichert. Sie ist in der Traditionellen Chinesischen Medizin für die Bildung des Knochenmarks zuständig und versorgt die Segmente der Wirbelkörper (Knochen). Das Qi zeigt sich in den Knochen in seiner materiellsten Form und die Knochenstruktur

ist der Nierenenergie, also dem Wasser-Element zugeordnet.

Der Niere kommt auch die wichtige Funktion zu, die Geburt, das Wachstum und die Fortpflanzung des Menschen zu lenken.

Das Jing (die Essenz), der Yin-Aspekt der Niere, gibt dem Knochen seine energetische Stärke und ist für die Knochenentwicklung von Kindern und Jugendlichen zuständig. Umgekehrt kann die fehlende Kraft des Jing – ausgelöst z.B. durch emotionalen Stress, lang andauerndes Leiden – für strukturelle Verformungen des Skeletts verantwortlich sein. Das Jing kontrolliert vor allem die Knochen und Zähne und das gesamte Nervensystem mit Gehirn und Rückenmark.

Das Rückenmark verläuft durch den Kanal der Wirbelsäule und gibt über die Segmente¹ einzelne Nervenwurzeln ab. Die Nervenwurzeln vereinigen sich dabei zu Spinalnerven, die wiederum in das periphere Nervensystem übergehen, das die inneren Organe (Leber, Herz, Magen, ...), die Muskeln und die Haut versorgt.

Kommt es zu einer Funktionsstörung in einem energetischen Organ, so kann sich die Disharmonie als Beschwerde der Wirbelsäule im jeweils zugeordneten Segment zeigen. Umgekehrt kann sich eine Beschwerde in einem bestimmten Wirbelsäulen-Segment auf den Zustand des zugeordneten energetischen Organs auswirken. Mehr Details dazu später.

Diese Zusammenhänge zeigen sich auch an den Shu- bzw. Yu-Punkten (lokale Zustimmungspunkte) auf dem Blasenmeridian am Rücken. Sie liegen zwischen den Segmenten und zeigen bei starker Berührungsempfindlichkeit eher langfristige Funktionsstörungen der korrespondierenden Organe oder auch akute Erkrankungen an. Jedes energetische Organ ist nach einem Punkt am inneren Blasenmeridian-Ast benannt.

Beispiele:

Shu-Punkt Leber: Bl 18, Lage: TH 9

Shu-Punkt Gallenblase: Bl 19, Lage: TH 10

DER EINFLUSS DES QI AUF WIRBELSÄULE UND KÖRPERHALTUNG

Rückenschmerzen, Gewebsveränderungen und Deformitäten der Wirbelsäule sind Ausdruck sämtlicher energetischer Organe. Einen starken Einfluss auf den Rücken und die Wirbelsäule hat vor allem das Wasser-Element.

¹ Zwei benachbarte Wirbeln bilden ein Bewegungssegment, aus dem die Nervenwurzeln austreten. Ein Bewegungssegment ist der kleinste gering bewegliche Teil der Wirbelsäule.

DIE NIERE KONTROLLIERT DEN RÜCKEN UND DIE WIRBELSÄULE

Während das Nieren-Qi im Lendenbereich zu Hause ist, befindet sich das Blasen-Qi lokal direkt im Kreuzbein-Bereich. Eine Schwäche der Niere führt häufig zu Schmerzen und einem Schwächegefühl im Bereich der Lendenwirbelsäule. Bei starker Entleerung der Wasser-Energie – z.B. durch länger andauernde Angst- oder Erschöpfungszustände – können die Voraussetzungen für Bandscheibenvorfälle (Protrusionen und Prolapse) geschaffen werden, sowohl im Lumbal- als auch im Zervikalbereich.

Eine starke Schwäche des Wasser-Elements kann sich entlang der gesamten Wirbelsäule zeigen. Die Blasen- und Nieren-Energie² zeigt sich dann bei der Berührungsdiagnose im Shiatsu entlang der beiden Meridiane als deutliches Kyo. Das Wasser zu stärken – auch im Lebensalltag – steht hier im Vordergrund. Mit Shiatsu lässt es sich sowohl an den Meridianen als auch in den zugehörigen Hara-Zonen mit längerem achtsamen Halten tonisierend aufbauen.

Länger bestehende energetische Disharmonie-Muster von Organen zeigen sich auch in den Rückendiagnosezonen (Abb.1). Sie beeinflussen sowohl die Ausrichtung der Wirbelsäule, als auch die damit verbundene Körperhaltung des Menschen. Die Haltung ist ja mit dem Qi bzw. den Meridianen energetisch untrennbar verbunden.

Beispiel: Wenn das Leber- und Gallenblasen-Qi durch emotional belastende Situationen stagniert (kein innerer Handlungsspielraum, Wut), wird sich dies auch in einem verhärteten Gewebe im Bereich der Diagnosezonen von Leber und Gallenblase unterhalb des Schulterblattes zeigen. Die Qi-Stagnation im Holz-Element erzeugt dann einen lokalen Gewebedruck gegen die knöcherne Brustwirbelsäule, bis in die Tiefe.

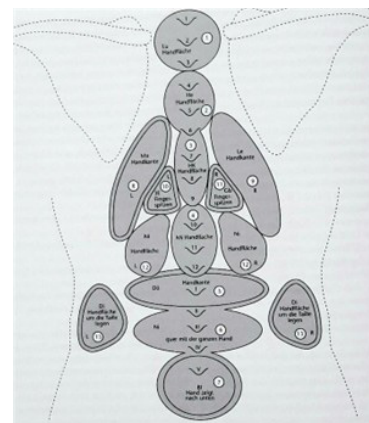


Abb.1)

Die Rückendiagnosezonen (Cliff Andrews)

Quelle: Beresford-Cook, C. (2003): Shiatsu. Grundlagen und Praxis. München, S. 340.

² Der 2. Ast des Blasenmeridians entspricht nach Masunaga dem Nieren-Meridian.

Nachdem das stagnierende Holz häufig die Erd-Energie angreift (Kontrollzyklus), kann sich an der gegenüberliegenden Seite der Brustwirbelsäule eine lokale Qi-Blockade im Bereich der Magen-Rückenzone bilden, die sich ebenfalls gegen die Wirbelsäule hin und in die Tiefe erstreckt. Solche energetischen Disharmonie-Muster zeigen sich bei Klient:innen immer wieder.

Die drei Yang-Leitbahnen Blase, Magen und Gallenblase fungieren an der Körperrückseite, -vorderseite und im lateralen Körperbereich wie eine Art Halteseil.

Beispiel Gallenblase: Eine stärkere Stagnation des Gallenblasen-Meridians kann sich wie eine gefühlte Asymmetrie von linker und rechter Körperseite im Stand der jeweiligen Person auswirken. Die Struktur einer Körperseite ist dann meistens stärker entlang des Gallenblasen-Meridians komprimiert.

Ein energetischer Ausgleich mit Shiatsu wird nicht nur die Struktur und damit den Beckenstand und die Beinlängen harmonisieren, sondern beim Klienten auch ein harmonischeres inneres Körperempfinden beim Stehen auslösen (so beschreiben es die Klient:innen). Der verbesserte Fluss des Gallenblasen-Qi wird sich auch positiv auf den psychoemotionalen Haushalt auswirken und kann den lokal stagnierenden Gewebereich unterhalb des rechten Schulterblattes bis in die Tiefe lösen.

DISHARMONIE EINES ENERGETISCHEN ORGANS, DIE ROTATION VON WIRBELN UND DIE ENTSTEHUNG EINER SKOLIOSE

Ich möchte hier, angelehnt an das Konzept von RADLOFF (Akupunktur Massage), den „viszeralen Reflexbogen“ und die damit in Verbindung stehende Rotation von Wirbelkörpern darstellen.

Ein Spinalnerv, der von einem Wirbelsäulen-Segment abgeht, ist an folgende Anteile halbgürtelförmig angebunden:

- am energetischen Organ
- am Knochen
- am Bindegewebe
- am Muskel

Eine energetische Disharmonie oder pathologische Erkrankung eines bestimmten Organs wird sich im Sinne des viszeralen Reflexbogens in den genannten nervalen Verbindungen äußern. Sie wird sich also auf verschiedene Körperbereiche auswirken.

Ich möchte hier zwei Beispiele anführen: die Stagnation der Gallenblase (Holz) und des Magens (Erde). Sie sind im Shiatsu aufgrund des Kontrollzyklus häufig in etwa zeitgleich am Rücken

abzutasten und betreffen die Brustwirbelsäule (Holz greift die Erde an, Abb.1).

Beispiel Gallenblase: Eine stärkere Qi-Stagnation der Gallenblase wird den Tonus der Muskulatur erhöhen und kann den segmental zugeordneten Wirbel nach ventral verdrehen. Dies kann durch die Innervierung (oder Innervation: wenn Nervengewebe eine bestimmte Struktur oder einen bestimmten Bereich versorgt (Anm. der Red.)) unter Umständen auch mehrere benachbarte Wirbeln betreffen und den Wirbelsäulen-Abschnitt in eine konkave Krümmung bringen, was schließlich einer Skoliose im Bereich der Brustwirbelsäule entspricht.

Nachdem solche Störungen segment- und seitenspezifisch verlaufen, wird im Falle einer Gallenblasen-Qi-Stagnation die Muskeltonuserhöhung im rechten unteren thorakalen Bereich entstehen. Nach Förster & Dicke wird die rechte Seite der Brustwirbelsäule auf der Höhe von TH8 bis TH11 (TH6 bis TH9) betroffen sein (Abb. 2), was der sympathischen Innervierung der Gallenblase entspricht.

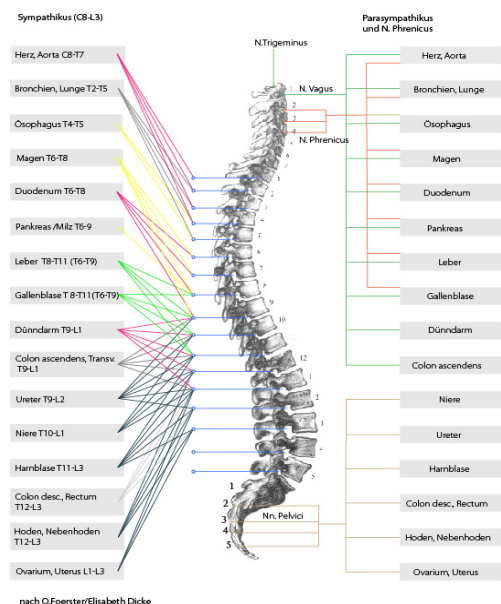


Abb.2) Die Zuordnung der vegetativen Spinalnerven
Quelle: www.radloff.ch/akupunktur-massage/fachartikel/segmentanatomie-1
(Zugriff: 14.01.2024)

Beispiel Magen: Das energetische Organ Magen hat durch seine sympathische Innervierung auf der Höhe von TH6 bis TH8 eine direkte Verbindung zu den zugeordneten Muskeln, Knochen und dem Bindegewebe. Hyper- oder hypotonische Spannungsveränderungen der Muskulatur in der Mitte der Brustwirbelsäule können einen einzelnen oder sogar mehrere zugeordnete Wirbel rotieren und zu einer Skoliose führen.

Die noch im Wachstum befindliche adolescente

Wirbelsäule ist hier vorrangig betroffen. Bei einer Skoliose im Bereich der Brustwirbelsäule, mit einer Torsion um die Körperlängsachse, wird sich ein sogenannter Rippenbuckel bilden. Die Rippen treten dann erhaben nach oben.

ADOLESCENTE SKOLIOSE

Bei der Entstehung von Skoliosen im Jugendalter habe ich die Erfahrung gemacht, dass sich Jugendliche in dieser Zeit, in der es zu einer strukturellen Veränderung der Wirbelsäule kommt, meist in einem psychoemotionalen Ausnahmezustand befinden. Zum Beispiel geht länger anhaltendes Mobbing in der Schule mit energetischen Disharmonien mehrerer Elemente einher.

Mobbing soll hier als ein Beispiel angeführt werden, das die Entstehung einer Skoliose begünstigen kann, obwohl auch eine Vielzahl anderer Ursachen im sozialen oder familiären Umfeld eines jungen Menschen zu finden sein können.

Mobbing von Jugendlichen führt zur massiven seelischen und psychoemotionalen Beeinträchtigung und schafft die Voraussetzung für strukturelle Veränderungen der Wirbelsäule.

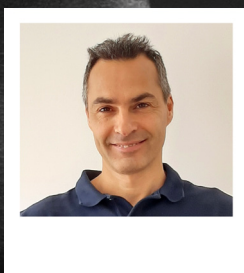
Wenn man sich eine permanente Mobbing-Situation eines jugendlichen Schülers vergegenwärtigt, dann ist der junge Mensch in einem sozialen Gefüge mit Gleichaltrigen in einer Klasse sozusagen „gefangen“. Der Jugendliche wird als Auserwählter „fertig gemacht“, er wird verspottet und/oder körperlich attackiert, manchmal werden ihm Sachen zerstört und letztlich mündet dies in einer sozialen Isolation. Der Selbstwert Betroffener leidet erheblich.

Für Jugendliche ist so eine Situation peinlich, sie meiden es oft, zu Hause oder ihren Lehrer:innen davon zu erzählen. Daher kann so ein Zustand viele Monate oder manchmal sogar das eine oder andere Jahr dauern, bis Hilfe von außen kommt.

Mobbing geht mit Ängsten, Wut, Nervosität und Anspannung und einer für die Person (in diesem Moment) aussichtslosen Zukunftsperspektive einher. Neben dem emotionalen Ausnahmezustand treten auch gesundheitliche Beschwerden auf. Depressionen, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Magen-Darm-Beschwerden und eine innere Unruhe können diese oft lang andauernde, belastende Lebensphase begleiten. Diese psychosomatischen Gesundheitsbeschwerden lassen sich durch die negativen Erlebnisse plausibel erklären.

FAZIT

Shiatsu kann Jugendliche in ihrer herausfordernden Umbruchzeit stärkend begleiten. Präventives Shiatsu kann nicht nur dabei helfen, die erwähnten psychosomatischen Symptome des gemobbten Jugendlichen aufzulösen oder zu lindern. Shiatsu hat auch das Potenzial, ihm zu mehr Kraft und Mut zu verhelfen, ein besseres Wohlbefinden zu ermöglichen und ihm neue Lebensperspektiven zu eröffnen. So kann mit Shiatsu ggf. der möglichen Entstehung einer Skoliose gegengesteuert werden. Im optimalsten Fall ginge das mit der erfolgreichen Lösung der Mobbing-Situation Hand in Hand.



© Darius Zorriasatayni

MAG. DARIUS ZORRIASATAYNI

– Wien –

Shiatsu-Praktiker in eigener Praxis
Lehrbeauftragter am Universitätssportinstitut
jahrelange Lehrtätigkeit als AHS-Lehrer, Autor
Kontakt: behandlung@shiatsu-koerperarbeit.com
www.shiatsu-koerperarbeit.com

LITERATUR

- Beresford-Cooke, C. (2003): Shiatsu. Grundlagen und Praxis. München
Jarmey, Chris (1998): Shiatsu. Deutschsprachige Ausgabe. München.
Jiresch, Nadja (2023): Die Behandlung der Skoliose in der Traditionellen Chinesischen Medizin. Wien.
Rappenecker, W. (2007): Fünf Elemente und zwölf Meridiane. Hamburg.
https://www.bmbwf.gv.at/dam/jcr:ae1449fc-7252-45d1-adac-8cce1aebc474/180629_Leitfaden_Mobbing_BF.pdf (Zugriff: 18.12.2023)
<https://www.radloff.ch/akupunktur-massage/behandlungsmethoden/die-wirbelsaeule> (Zugriff: 08.01.2024)
<https://www.radloff.ch/akupunktur-massage/behandlungsmethoden/die-alarm-und-zustimmungspunkte> (Zugriff: 14.01.2024)
<https://www.dhz-online.de/news/detail/artikel/den-muskulaeren-schiefhals-behandeln/> (Zugriff: 08.01.2024)
<https://www.renmai.at/index.php?style=0&page=49> (Zugriff: 14.01.2024)