

Spiraldynamik

Drei Gründe, warum es sich lohnt, einen zweiten Blick auf die in Zürich entwickelte Spiraldynamik zu werfen: 1. Die evolutionsbiologisch begründete Therapiemethode bringt das menschliche Bewegungssystem funktionell auf den therapeutischen Punkt. 2. Bestimmte Patientengruppen profitieren nachhaltig davon. 3. Auch Ärztinnen und Ärzte können persönlich erheblich davon profitieren.

1. Der Bauplan des Sapiens

Jede gute Forschung beginnt mit einer guten Frage: Warum beugt sich der Ellbogen nach vorne und das Knie nach hinten? Oder: Warum besitzt die Wirbelsäule eine S-Form? Welche Bedeutung haben genetisch vererbte Bewegungsprogramme wie Schreit- und Greifreflexe für die Gesunderhaltung des Bewegungsapparats?

Eine kleine private Forschungsgruppe machte sich Anfang der 1990er-Jahre auf die Suche nach Antworten. Ziel war es, die funktionellen Globalzusammenhänge der menschlichen Lokomotion besser zu verstehen. Anatomie und Biomechanik liefern das Detailwissen über Knochen, Muskeln und Gelenke. Die Evolutionsbiologie – insbesondere die vergleichende Morphologie der Wirbeltiere sowie die Evolutionsgeschichte der Lokomotion – eröffnet den Blick auf die funktionelle Gesamtarchitektur des menschlichen Körpers.

Die Essenz in Kurzform: Vor rund 300 Millionen Jahren gingen die Fische an Land, Flossen entwickelten sich zu Gliedmassen. Dabei rotierten die Brustflossen nach vorne und innen, um den Körper am Boden entlang nach vorne ziehen zu können. Die Beckenflossen orientierten sich nach hinten und aussen, um sich kraftvoll vom Untergrund abzustossen. Bereits bei den frühen Tetrapoden entstanden so – entsprechend den physikalischen Anforderungen von Traktion und Propulsion – gegensätzliche funktionelle Drehrichtungen in vorderen und hinteren Extremitäten.

Im Licht dieser evolutionsbiologisch geprägten Drehrichtungen werden zahlreiche anatomische und funktionelle Details verständlich: ossäre Torsionen, die Rotationsdominanz der Schulter- und Hüftmuskulatur, der Verlauf der Dermatome oder die Verschraubung der Wirbelsäule im aufrechten Gang. Das Spiralprinzip zeigt sich als wiederkehrendes Organisationsmuster des menschlichen Körpers – von der Gewölbestruktur des Fusses über die Kreuzbänder des Kniegelenks, die Trabekelarchitektur des



Dr. med. Christian Larsen
Leitender Arzt
Spiraldynamik Med Center Schweiz



Pract. med. Kevin Dillier
Arzt
Spiraldynamik Med Center Zürich

proximalen Femurs bis hin zur Anordnung des M. sartorius, des längsten Muskels des menschlichen Körpers.

1992 erfolgte die Unternehmensgründung in Bern, 1999 der Wechsel nach Zürich. Daraus entstanden einerseits ein medizinisch-therapeutischer Dienstleistungsbetrieb (Med Center), andererseits die Eduqua-zertifizierte Spiraldynamik Akademie. Bis heute haben über 7000 Health Professionals den Basislehrgang absolviert, darunter in der Schweiz rund 1000 Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten sowie etwa 100 Ärztinnen und Ärzte. Insgesamt wurden über eine Million Spiraldynamik-Bücher (Thieme & Trias Verlag) verkauft. 2006 erhielt das Med Center den Zürcher Preis des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich.

Innerhalb der therapeutischen Methodenlandschaft nimmt die Spiraldynamik eine besondere Stellung ein. Die Methode verbindet naturwissenschaftlich-kausales Denken – Anatomie, Biomechanik, Embryologie, Evolutionsbiologie und medizinische Evidenz – mit einem funktionell-ganzheitlichen Verständnis von Bewegung. Die TCM arbeitet mit dem Yin-Yang-Prinzip, die Spiraldynamik mit dem Spiralprinzip als funktionellem Organisationsmodell. Der praktische Vorteil liegt darin, evidenzbasierte Erkenntnisse in einen für Patientinnen und Patienten nachvollziehbaren ganzheitlichen Kontext einzubetten.

Die Spiraldynamik-Therapien werden von qualifizierten Physio- und Ergotherapeutinnen und -therapeuten durch-

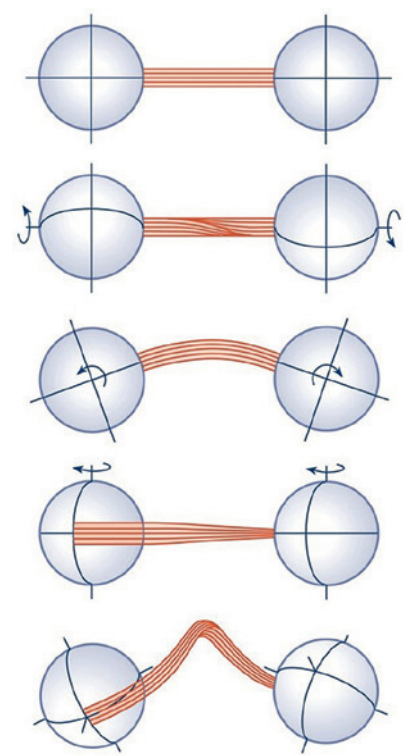
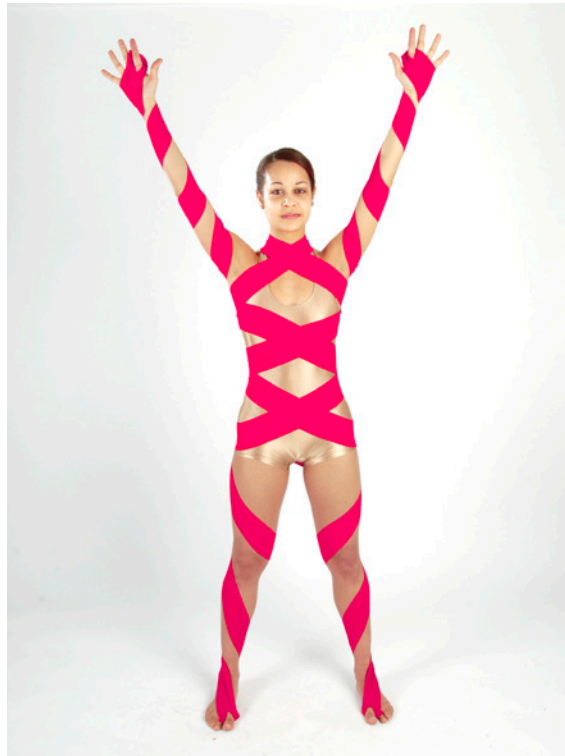
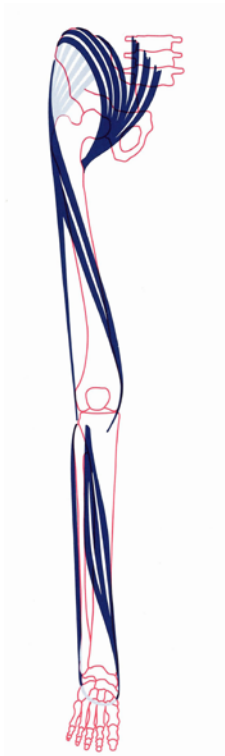


Abbildung 1 Der M. sartorius stellt die Drehrichtungen beim gebeugten Kniegelenk sicher: Flexion und Aussenrotation im Hüftgelenk, Flexion und Innenrotation im Kniegelenk. **Abbildung 2** Visualisierung der funktionellen Drehrichtungen im menschlichen Körper. **Abbildung 3** Das Spiralprinzip im kugelgeometrischen Modell basierend auf der achsensymmetrischen Bewegung zweier Polsphären. (Bilder: Spiraldynamik)

geführt. Im Med Center arbeiten Ärztinnen und Ärzte der Allgemeinen Inneren Medizin sowie Fachärztinnen und Fachärzte der Orthopädie. Die Spiraldynamik ist vom Erfahrungsmedizinischen Register (EMR) anerkannt; zahlreiche Krankenkassen beteiligen sich an den Therapiekosten.

2. Outcome-Forschung

Seit 2009 kontrollieren wir unsere Therapieergebnisse systematisch mithilfe eines validierten Outcome-Messinstruments (PROM Activity Index; Prof. R. Theiler, Stiftung Qualitouch). Erfasst werden Schmerzintensität, Einschränkungen im Alltag, Beruf und Freizeit sowie Schlaf- und allgemeine Lebensqualität.

Die Datenbasis umfasst mittlerweile über 180 000 Therapieeinheiten aus dem klinischen Alltag. Über sämtlichen untersuchten Diagnosen hinweg – mit Schwerpunkt muskuloskelettale Beschwerden – entsprechen die Therapieeffekte dem, was von einer qualitativ guten Therapie- und Vermittlungskompetenz erwartet werden kann: Bei chronischen Schmerzpatientinnen und -patienten finden sich nach durchschnittlich neun Therapieeinheiten Verbesserungen von ein bis drei Zehnerpunkten.

Der therapeutisch-educative Ansatz mit konsequenter Integration in Alltag und Selbstführung erhöht die Chancen auf nachhaltige Effekte. Besonders interessant wird die Analyse bei der Subgruppen-Stratifizierung: Bestimmte

Patientenprofile und Diagnosen zeigen überdurchschnittlich gute Resultate.

Bewährte Indikationen sind insbesondere:

- myofasziale Beschwerden im Schulter-Nacken- und Hüft-Bereich
- Deformitäten und degenerative Veränderungen im Früh- und mittleren Stadium
- zervikale und lumbale Bandscheibenleiden ohne neurologische Ausfälle
- Kinder und Jugendliche mit nutzbarer Entwicklungsdynamik des Skeletts
- sportlich aktive Patientinnen und Patienten mit multiplen Beschwerden des Bewegungssystems
- orthopädische Zweitmeinungen vor geplanten Operationen mit Auslotung konservativ-funktioneller Therapieoptionen

Geringe Therapieeffekte sind erwartbar bei Krankheitsbildern, die einer funktionellen Therapie nur begrenzt zugänglich sind, beispielsweise bei rheumatoider Arthritis oder neuropathischen Schmerzen.

Auch die Kontraindikationen lassen sich logisch aus dem aktiv-funktionellen Therapieansatz ableiten: Frakturen, Tumorerkrankungen, akute Entzündungen, floride Psychosen oder fehlende Therapiemotivation seien exemplarisch erwähnt.

3. Das eigene Wohlbefinden

Der Arztberuf bringt erhebliche körperliche Belastungen mit sich: lange Bildschirmarbeit, Operationstätigkeit, Bewegungsmangel und chronischer Zeitdruck. Umso wichtiger wird die Qualität der Bewegung im Alltag.

Die spiralförmige Verschraubung der Wirbelsäule bildet die biomechanische Grundlage für aufrechtes Stehen und Gehen, Laufen, Klettern und Schwimmen ebenso wie für komplexe Schlag- und Wurfbewegungen etwa beim Tennis oder Golf. Einmal verstanden und erlebt, lässt sich dieses Wissen vielfältig unmittelbar in Alltag, Beruf und Sport anwenden.

Ein klinisch häufig unterschätzter Zusammenhang betrifft die Beweglichkeit der Brustwirbelsäule. Die Brustwirbelsäule ist aufgrund der Stellung ihrer Facettengelenke hervorragend für Rotationsbewegungen geeignet, während in der Lendenwirbelsäule nur minimale Rotation möglich ist. Fehlt die physiologische Rotationsbeweglichkeit der BWS, verlagern sich Drehmomente zwangsläufig in die LWS.

Was sich in jüngeren Jahren zunächst funktionell oder als Facettengelenksödem zeigt, manifestiert sich später oft

strukturell – als degenerative Veränderung in Form von Facettengelenkarthrose oder ossärer Mitbeteiligung bei Spinalkanalstenosen.

Ein Fall für Sie?

Zweimal jährlich findet im Spiraldynamik Med Center am Schaffhauserplatz in Zürich eine kleine Fortbildung für interessierte Ärztinnen und Ärzte statt. Weitere Informationen gerne via E-Mail kevin.dillier@spiraldynamik.com. Wir freuen uns über jede Kontaktaufnahme.

Kontakt

Spiraldynamik Med Center Zürich
Hofwiesenstrasse 2, 8057 Zürich

Alle Adressen, Artikel, Bücher, Kurse & News auf unserer Website.

 www.spiraldynamik.com