



Seit drei Monaten leidet der 33-Jährige am Schiefhals.

© J. Rütthemann

Was hilft beim spontanen Schiefhals:

Antidepressivum, Feldenkrais oder Manualtherapie?

In unserer Blickdiagnose in MMW Nr. 12/2010, S. 5, stellten wir einen Patienten mit spontanem Schiefhals vor. Verschiedenste Therapieansätze hatten in diesem Fall zu keiner Besserung geführt. Hier sind Behandlungsvorschläge unserer Leser:

— Bei Ihrem bereits chronischen Schmerzpatienten ist sicher ein Antidepressivum angezeigt. Ich bin seit über 40 Jahren als Lewit-Schüler manualtherapeutisch tätig und empfehle nochmals eine intensive Vorstellung bei einem Lehrerkollegium für manuelle Medizin. Hiervon verspreche ich mir die beste Diagnostik und Hilfe!

■ Dr. Rolf Förster, Facharzt für Allgemein- und Sportmedizin per E-Mail

— Ein psychosomatischer Zusammenhang scheint mir hochwahrscheinlich (Konversionsneurose?). Nach aller Polypragmasie ist es vielleicht an der Zeit, dem Patienten die Macht über sich selbst zurückzugeben.

Mein Vorschlag: Feldenkrais-Gruppe als pädagogischen Ansatz empfehlen, wenn die Akzeptanz für eine Psychotherapie fehlt, was ich für wahrscheinlich halte. Geduld muss man schon haben, zumal von den verschie-

denen Therapeuten offensichtlich schon sehr drängelnd agiert wurde.

■ Gisela Staack, Ärztin, Stillohweg, D-22889 Tangstedt

— Hartnäckige Probleme in der HWS reagieren häufig gut auf eine bestimmte Dehnung. Die sogenannte segmentale postisometrische Rotation ist eine der zentralen Techniken der Osteopathen. Kommt es kurzzeitig zu einer Verbesserung, ist es eine Frage der Zeit und Häufigkeit für die Langzeitlockerung der paravertebralen Muskelkrämpfe. Sollte es nach drei Sitzungen nicht einmal zu einer kurzzeitigen Besserung kommen, ist ein Therapieabbruch sinnvoll. Die Erfahrung zeigt, dass in diesem Fall auch 30 Sitzungen nicht mehr weiterhelfen würden.

■ Dr. med. Christof Rühl, Facharzt für Allgemeinmedizin, Kölner Straße 6, D-51429 Bensberg

Sommerzeit

Zu den Hopis fliegen, Jetlag holen, dann ist die Zeitumstellung ein Klacks

In unserer Glosse in MMW Nr. 12/2010, S. 7 haben wir die sommerliche Zeitumstellung als a. gesundheitsgefährdend und b. wenig sinnvoll bezeichnet. Man könne der Sommerzeit aber nur entgehen, wenn man zum Hopiindianer würde, war unser wenig optimistisches Fazit. Die Hopis machen die Zeitumstellung nämlich nicht mit. Doch wie wird man Hopi?

Ein Leser weiß Rat:

Wie wird man Hopiindianer? Indem man sich an einem lauen Sommerabend (dank Sommerzeit durchaus bis nach 23.00 Uhr) gemütlich auf der Terrasse einen Flug bucht, dort im Westen der USA ca. drei Wochen bleibt und dann wieder nach

Europa zurückfliegt. Bei neun Stunden Zeitverschiebung und ca. zwölf Stunden Flug macht das einen Jetlag vom Feinsten! Da ist die Sommerzeitumstellung ein Klacks.

Interessanterweise gibt es die Zeitumstellungsgegner nur immer für ein bis zwei Wochen im Jahr, danach sind praktisch alle Betroffenen froh über die langen Abende im Sommer und die trotzdem langen Tage im Winter. Ich würde – wir würden – die Sommerzeit schmerzlich vermissen!

■ Siegfried Mildner per E-Mail