

LEHRBUCH DER MASSAGE

GEMEINVERSTÄNDLICH DARGESTELLT

VON

SANITÄTSRAT DR. J. H. LUBINUS

SPEZIALARZT FÜR ORTHOPÄDIE UND LEITER DER STAATL.
GENEHMIGTEN LEHRANSTALT FÜR HEILGYMNASTIK ZU KIEL

DRITTE AUFLAGE

MIT 76 ABBILDUNGEN



SPRINGER-VERLAG BERLIN HEIDELBERG GMBH 1926

ISBN 978-3-662-34154-4

ISBN 978-3-662-34424-8 (eBook)

DOI 10.1007/978-3-662-34424-8

Softcover reprint of the hardcover 1st edition 1926

Alle Rechte, insbesondere das der Übersetzung in fremde Sprachen, vorbehalten.

Vorwort zur ersten Auflage.

Die Mehrzahl derjenigen äußeren Einwirkungen auf den Körper, die wir heute unter dem Begriff Massage zusammenfassen, gehört seit den ältesten Zeiten zu dem Heilschatz der Menschen. Bereits 500 Jahre vor Christi Geburt finden wir in den Schriften der Chinesen und Inder, bei den Griechen, Römern und Arabern Knetungen, Streichungen, Reibungen, Drückungen als Heilmittel erwähnt.

Die alten Griechen sind, wie auf so vielen anderen Gebieten, auch auf diesem für Europa die Lehrmeister gewesen. Hippokrates und Asklepiades, die hervorragendsten Ärzte aus der Blütezeit der griechischen Kultur, geben in ihren Schriften bereits genaue Angaben über die einzelnen Arten der Massage, ihr Anwendungsgebiet und ihren Nutzen.

Neben den Ärzten übten die Vorsteher der Ringschulen und Gymnasien diese Kunst und haben für den Ausbau derselben Gutes geleistet. Die bedeutendsten von ihnen waren Herodicus, Prodicus und Iccus.

Den günstigen Einfluß der Salbungen, Reibungen und Bäder für die Entwicklung der körperlichen Tüchtigkeit beim Wettkampfe erkennend, verwerteten sie diese Erfahrungen auch beim kranken Menschen.

Von den Griechen fand die Massage ihren Weg zu den Römern. Galens Name (31 v. Chr. bis 20 n. Chr.) muß hier vor allen anderen genannt werden. Das große Ansehen, welches dieser Arzt weit über seine Zeit hinaus besaß, sorgte dafür, daß der Massage in den Schriften auch der späteren Zeit stets von neuem Erwähnung geschah.

In Vergessenheit geriet diese Methode erst im Mittelalter, das auch auf vielen anderen Gebieten der Kunst und Wissenschaft einen unheilvollen Einfluß gehabt hat.

Im 16., 17. und 18. Jahrhundert hat es nicht an Versuchen gefehlt, diese Methode von neuem zu Ehren zu bringen, aber, so verdienstvoll viele Arbeiten aus dieser Zeit auch sind, wirklich neue Gesichtspunkte brachten sie nicht.

Eine neue Epoche brach erst an mit dem Auftreten von Per Henrik Ling in Schweden (1716—1839). Er ist der erste gewesen, welcher ein wirkliches System der mechanischen Therapie schuf, das aus Widerstandsbewegungen, passiven Bewegungen und mechanischen Einwirkungen bestand. Unter letzterem Begriff faßte er alles das zusammen, was wir gegenwärtig als Massage bezeichnen.

Die Gymnastik als Heilfaktor blieb auch jetzt noch jahrelang auf die nordischen Länder beschränkt; nur die Massage fand in Deutschland, Holland, Frankreich berufene Vertreter. Ich nenne hier Bonnet, Estradère, Martin, Massy und besonders Mezger in Amsterdam, dessen Erfolge der Methode viele Anhänger unter den Ärzten erwarben.

Ihre wissenschaftliche Weihe erhielt sie auf dem Deutschen Chirurgenkongreß im Jahre 1878, auf welchem Professor Mosengeil in streng wissenschaftlicher Form über dieselbe berichtete.

Seit jener Zeit haben die bedeutendsten Ärzte in Wort und Schrift sich derselben angenommen. Von den vielen seien nur genannt: Es-march, Volkmann, Billroth, v. Mosetig, Gussenbauer, Hoffa, Reibmayer, Schreiber, Dollinger, Zabłudowski, Bum.

Über die Frage, ob die Massage allein den Ärzten vorbehalten bleiben soll oder nicht, ist viel gestritten worden. Heute dürften sich die Ansichten darüber soweit geklärt haben, daß es schon allein aus sozialen und praktischen Gründen ganz unmöglich ist, die Hilfe der Gymnasten, Schwestern, Krankenpfleger und Heilgehilfen auf diesem Gebiet zu entbehren.

Die Diagnose der Krankheit, wann, wo und wie die Massage gebraucht werden darf, dies zu bestimmen, ist Sache des Arztes. Die Ausführung der Massage wird aber in der Mehrzahl der Fälle anderen Händen anzuvertrauen sein; Vorbedingung dafür ist allerdings, daß der Masseur oder die Masseuse nicht nur die Technik der Massage voll und ganz beherrschen, sondern auch den Bau des menschlichen Körpers und die Funktion seiner Organe soweit kennen, daß sie über Lage und Art der zu behandelnden Teile desselben orientiert sind, daß sie sich einen Begriff davon machen können, weswegen diese verschiedenen Manipulationen für den Kranken einen Nutzen bedeuten können, wann aber Schaden stiften müssen.

Nur so kann der Masseur ein zuverlässiger Gehilfe des Arztes werden, nur so wird er lernen, die Massage mit Verständnis auszuführen und gute Resultate durch dieselbe zu erzielen.

Möge in diesem Sinne dieses Buch seinen Weg finden, möge es geeignet sein Wesen und Technik der Massage zu lehren und dem Arzte es erleichtern seine speziellen Wünsche für den Einzelfall dem Masseur verständlich zu machen.

Dr. Lubinus.

Vorwort zur zweiten Auflage.

Die vorliegende Neuauflage weist in Wort und Bild Verbesserungen auf. Neu hinzugekommen sind Abbildungen des Nervus sympathicus, der oberflächlichen Lymphgefäße des Rückens, der Arme und Beine.

Kiel, im Juni 1917.

San.-Rat Dr. Lubinus.

Vorwort zur dritten Auflage.

Wesentliche Veränderungen weist die dritte Auflage nicht auf. Nur sind neben kleinen textlichen Veränderungen zwei Abbildungen der inneren Organe der Brusthöhle zum besseren Verständnis der Atmungs-vorgänge aufgenommen worden.

Kiel, Frühjahr 1926.

San.-Rat Dr. Lubinus.

Inhaltsverzeichnis.

Vorwort	Seite. III—IV
-------------------	------------------

Der Bau des menschlichen Körpers und die Funktion seiner Organe.

Der menschliche Körper.

1. Die Haut	3
2. Die Knochenlehre	5
Allgemeines	5
Der Schädel	7
Die Wirbelsäule	9
Der Brustkorb	10
Der Schultergürtel	11
Der Arm	13
Das Becken	13
Das Bein	16
Der Fuß	16
3. Gelenk- und Bänderlehre	17
Bänderlehre	19
4. Die Muskellehre	19
Allgemeines	19
Die wichtigsten Muskeln unseres Körpers	20
Die Kopfmuskeln	20
Die Halsmuskeln	21
Die Brustmuskeln	22
Die Bauchmuskeln	22
Die Rückenmuskeln	24
Die Armmuskeln	26
Die Schultermuskeln	26
Die Oberarmmuskeln	26
Die Unterarmmuskeln	27
Die Muskeln der Hand	28
Die Muskeln des Beines	28
Die Hüftmuskeln	28
Die Oberschenkelmuskeln	29
Die Unterschenkelmuskeln	31
Die Fußmuskeln	32
5. Atmungsorgane	32
6. Die Verdauungsorgane	34
7. Die Harnorgane	38

	Seite
8. Die Milz	39
9. Die Sinnesorgane	39
10. Das Gefäßsystem	39
Die Schlagadern oder Arterien	43
Die Venen	45
11. Das Nervensystem	50
Die peripheren Nerven	52
Der Sympathikus	56
Die Technik der Massage und ihr Einfluß auf den menschlichen Körper.	
1. Die Streichung (Effleurage)	59
2. Knetung oder Walkung (Petrissage)	60
3. Reibung (Friktion)	62
4. Klopfung, Hackung, Klatschung (Tapotement)	64
5. Zitterung, Schüttelung, Zitterschüttelung, Erschütterung (Vibration)	66
Die Massage der einzelnen Körperteile.	
1. Die Massage des Armes und der Hand	69
Die Fingerstreichung	69
Der Unterarm	70
Das Ellenbogengelenk	70
Der Oberarm	72
Das Schultergelenk	73
2. Gymnastische Übungen des Armes und der Hand	74
Finger und Hand	74
Handgelenk und Unterarm	74
Ellenbogengelenk und Oberarm	74
Schultergelenk und Schultermuskeln	76
3. Die Massage des Beines	76
Fußmassage	77
Unterschenkel	77
Kniegelenk	79
Oberschenkel	79
4. Gymnastische Übungen	81
Fuß und Fußgelenk	81
Unterschenkel und Kniegelenk	81
Oberschenkel und Hüftgelenk	81
5. Kopfmassage	83
6. Halsmassage	83
7. Massage der Brust	84
8. Bauchmassage	85
Gymnastische Übungen	88
9. Rückenmassage	89
Gymnastische Übungen	90
10. Allgemeine Körpermassage	91
11. Lokale Herzbehandlung	91
12. Nervenmassage	93

Verzeichnis der Abbildungen.

		Seite
Abb.	1. Querschnitt durch die Haut	4
„	2. Skelett von vorne.	6
„	3. Skelett von hinten	6
„	4. Schädel von vorne	8
„	5. Schädel von unten	8
„	6. Wirbelsäule	9
„	7. Atlas	9
„	8. Dreher	9
„	9. Brustwirbel	9
„	10. Brustkorb	11
„	11. Armansicht von vorne	12
„	12. Armansicht von hinten	12
„	13. Becken und Beine von vorne	14
„	14. Becken und Beine von hinten	15
„	15. Skelett mit Bändern	18
„	16. Kopf mit Muskeln	21
„	17. Brust- und Bauchmuskeln	23
„	18. Rückenmuskeln	25
„	19. Armmuskeln von vorne	27
„	20. Armmuskeln von hinten	27
„	21. Beinmuskeln von vorne	30
„	22. Beinmuskeln von hinten	30
„	23. Schnitt durch Kopf und Hals	33
„	24. Brust und Bauchhöhle von vorne	35
„	25. Brusteingeweide nach Entfernung der vorderen Brustwand	36
„	26. Lungenwurzel von hinten freigelegt	37
„	27. Herz von vorne.	40
„	28. Linke Herz- und Vorkammer eröffnet.	40
„	29. Blutkreislauf	41
„	30. Große Arterien und Venen.	44
„	31. Hautvenen an der Vorderseite des Armes	46
„	32. Hautvenen an der Rückseite des Armes	46
„	33. Hautvenen an der Vorderseite des Beines	47
„	34. Hautvenen an der Rückseite des Beines	47
„	35. Hautvenen von Brust und Bauch	48
„	36. Oberflächliche Lymphgefäße der linken Rumpfhälfte	49
„	37. Lymphgefäße des Rückens und Gesäßes	51
„	38. Oberflächliche Lymphgefäße der Beine	52
„	39. Oberflächliche Lymphgefäße der Arme	52

	Seite
Abb. 40. Gehirn von unten	53
„ 41. Querschnitt des Rückenmarks	53
„ 42. Nervenfigur von vorne und von hinten	54
„ 43. Sympathikus	55
„ 44. Streichung	59
„ 45, 46, 47, 48. Knetung	61—63
„ 49. Reibung	63
„ 50, 51, 52. Klopfung, Hackung, Klatschung	64—65
„ 53. Zittern	66
„ 54. Vibratoren	67
„ 55. Fingerstreichung	69
„ 56. Unterarmstreichung	71
„ 57. Ellenbogenmassage	71
„ 58. Oberarmstreichung	72
„ 59. Schulterheberstreichung	73
„ 60. Fingergymnastik	75
„ 61. Handgymnastik	75
„ 62. Schultergymnastik	76
„ 63. Fußgelenkstreichung	77
„ 64. Streichung der Achillessehne	78
„ 65. Streichung der Anzieher	80
„ 66. Fußgymnastik	80
„ 67. Knie- und Unterschenkelgymnastik	82
„ 68. Oberschenkel- und Hüftgelenkgymnastik	82
„ 69. Halsmassage	84
„ 70. Bauchreibungen	86
„ 71. Bauchstreichungen	86
„ 72. Bauchknetungen	87
„ 73. Bauchzitterungen	88
„ 74. Rückenstreichung	89
„ 75. Vorwärtsliegende Erhebung	91
„ 76. Brust-Heb-Zitterschüttelung	92