

## Physiotherapie & Korsett.

### Physiotherapie

Ziel der Physiotherapie ist es, durch physiotherapeutische Übungen einer weiteren Wirbelsäulenverkrümmung dreidimensional entgegenzuwirken sowie durch Aufbau von Muskulatur stabil zu werden und zu bleiben.

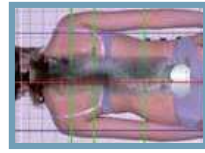
Die bekanntesten Therapieformen sind:

- Krankengymnastik nach Katharina Schroth
- Vojta-Therapie
- Spirdynamik

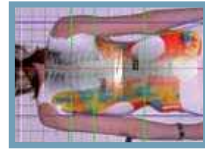
**i** Ein erfahrener Physiotherapeut wird dann für den Patienten ein individuelles Trainingsprogramm erstellen, das täglich selbstständig zu Hause durchgeführt werden soll.

### Korsett

Mit einem Korsett soll das Fortschreiten der Skoliose oder Kyphose und eine Operation vermieden werden. Das Korsett wird vom Orthopäden ab einer bestimmten Gradzahl verordnet und ist mehrere Stunden am Tag bis zum Abschluss des Wachstums zu tragen. Die Veränderung der Wirbelsäule wird regelmäßig kontrolliert.



Patientin mit Röntgenbild



Patientin mit Korsett

**i** Der Erfolg einer Korsetttherapie ist nicht nur von der Korsettqualität, sondern auch vom Alter und der Akzeptanz des Patienten abhängig.

## Wussten Sie schon ....?

→ In Deutschland leiden über **900.000** Menschen an Skoliose.

→ Mädchen sind von Skoliose siebenmal häufiger betroffen als Jungen.



→ **70 %** der Schulkinder haben bereits einen Haltungfehler.

Sie sitzen ca. 50 – 90 Stunden pro Woche, z. B. in der Schule, bei Hausaufgaben, vor dem Fernseher, in Bus und Bahn, am Computer oder an der Spielkonsole usw.

→ **80 %** von stichprobenartig untersuchten Schulanfänger ...

... waren falsch gepackt und zu schwer.

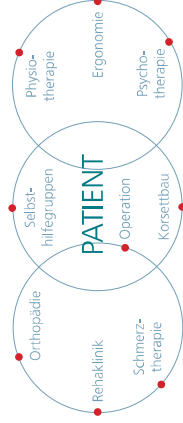


→ Viele junge Menschen sind nur noch (!) 2 – 3 Stunden pro Woche sportlich aktiv.

## Die Gründer ...

... dieser Organisation sind gleichfalls Betroffene, sie arbeiten barrierefrei und kompetenzübergreifend im Sinne für Menschen in gleicher Lebenssituation.

### Deutsches Skoliose Netzwerk



### Weitere wichtige Themen auf der Website:

nichtoperative und operative Behandlungsmöglichkeiten • Beckenschiefstand und Beinlängendifferenz • Kur- und Rehabilitationsmaßnahmen • Heil- und Hilfsmittel • Biomechanische Haltung- und Bewegungsanalyse • Skoliose und Sport • Skoliose und Kiefergelenk • Skoliose-Selbsthilfegruppen

### Exkursionen & Seminare

### Infos, Hilfe & Kontakt



Deutsches Skoliose Netzwerk

✉ Luisenstraße 76  
53721 Siegburg / bei Bonn  
@ info@netzwerkportal-skoliose.de  
☎ 0228 - 88 60 906 & 0175 - 48 68 358



Deutsches Skoliose Netzwerk

# Skoliose

... wenn sich die Wirbelsäule verkrümmt.



Lizenzbilder: shutterstock © 174165692 · © 174171023 · © 154909127  
Gestaltung: www.noogdesign.de · Druckenel: **WPMachenDruck.de**

→ Haltungsschäden bei Kindern & Jugendlichen frühzeitig erkennen



Kostenfreie Information  
Hotline  
0228 - 88 60 906

[www.deutsches-skoliose-netzwerk.de](http://www.deutsches-skoliose-netzwerk.de)

## Liebe Eltern und Pädagogen, Kinder und Jugendliche.

Noch heute können Sie etwas für die Rückengesundheit des Kindes oder Jugendlichen tun. Denn werden Defizite, Schwächen oder Ungelmäßigkeiten in der Körperhaltung rechtzeitig beachtet und erkannt, sind die Aussichten für eine erfolgreiche Behandlung umso besser.

Eine Skoliose wird von Betroffenen im frühen Stadium meist nicht bemerkt, weil sie noch keine Beschwerden oder Schmerzen verursacht. Koordinationsprobleme und eine schiefe Körperhaltung sind die ersten, leicht zu übersiehenden Anzeichen, die, als angewöhnnte Fehllhaltung betrachtet, als „normal“ empfunden werden. Je älter die Kinder werden, desto schwieriger wird es, die Fehllstellung zu korrigieren.

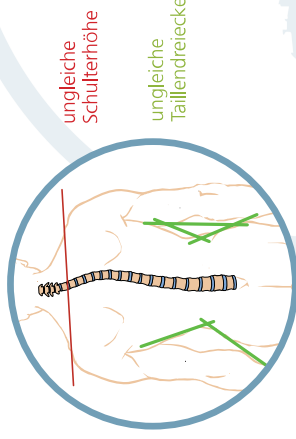
Je früher also eine Fehllhaltung, insbesondere aber die Seitenverbiegung der Wirbelsäule, der sogenannten Skoliose (skolios = krumm), erkannt wird, desto erfolgversprechender und schonender ist ihre Behandlung. Was sich im Erwachsenenalter als bleibendes und komplexes Problem darstellt, lässt sich im Kindesalter noch vielfach korrigieren.

**i Gerade in der Wachstumsphase Ihres Kindes ist die Früherkennung einer Wirbelsäulenfehllstellung und deren Behandlung besonders wichtig.**

## Vorneigetest zur Früherkennung.

Eine Orientierungshilfe, auch für Nichtmediziner, als erste grobe Wahrnehmung:

- Weicht die Wirbelsäule vom Lot ab?
- Steht die eine Schulter höher als die andere?
- Steht das Becken gerade oder sinkt eine Beckenseite ab?
- Ist ein Taillendreieck größer als das andere?



### Der Vorneigetest in vier Schritten:

1. Das Kind beugt den nackten Oberkörper, bis die Fingerspitzen den Boden berühren.
2. Durch Beobachtung des Rückens können Sie feststellen, ob die Schulter und die Schulterblätter beiderseits der Wirbelsäule gleich hoch sind.
3. Wenn eine Rückenhälfte besonders flach erscheint und die andere besonders hoch, d. h. sich nach oben wölbt, besteht ein Vorverdacht auf eine Verdrehung der Wirbelsäule und somit auf eine Skoliose.
4. Bei diesen Auffälligkeiten sollte dann zur weiteren Abklärung ein Kinderarzt oder Orthopäde aufgesucht werden. Bei der Suche nach einem erfahrenen Arzt, Therapeuten oder einer Klinik in Ihrer Nähe unterstützen wir Sie.



Vorneigetest



Skoliose

## Was ist Skoliose?

Die Skoliose ist eine Seitenverbiegung der Wirbelsäule mit gleichzeitiger Verdrehung der Wirbelkörper.

Die Wirbelsäule ist nicht nur zur Seite geneigt, sondern weist auch eine Rotation der Wirbelkörper bei gleichzeitiger Verdrehung des Schultergürtels zum Becken hin auf. Ist eine Entwicklung erst einmal in Gang gesetzt, geht diese unbehandelt immer weiter, so dass im Erwachsenenalter mit vielen Nebenwirkungen wie einer Störung der Herz-Lungenfunktion und anderer Vitalfunktionen sowie mit zusätzlichen Schmerzen zu rechnen ist.

### Ursache

Die Ursache der Skoliose ist bis heute wenig erforscht. Es wird jedoch vermutet, dass hormonelle, neuronale oder muskuläre Störungen die Auslöser sind. Auch eine erbliche Veranlagung kann Einfluss haben. Meist bildet sich die Skoliose in Zeiten von starkem Wirbelsäulenzwachstum und wird deswegen meist zwischen dem 9. und 12. Lebensjahr festgestellt. Mädchen sind siebenmal häufiger betroffen als Jungen.

Ob eine Behandlung notwendig ist, hängt zum einen vom Grad der Verbiegung und zum anderen davon ab, wie schnell die Krümmung fortschreitet.



Kyphose Normal Lordose