

1 I: Versuchsperson 17. 13.09.2018. Können Sie mir erzählen, welche Erfahrungen Sie mit
2 alternativen Heilmethoden in der Physiotherapie gemacht haben?

3
4 B: Kann ich erzählen ja.

5
6 I: Dann, los gehts.

7
8 B: *Ähm, alternative Heilmethoden wenden wir ja in der Physiotherapie eigentlich täglich an,*
9 *am Patient. Wenn es um nicht standardisierte physiotherapeutische*
10 *Behandlungsmaßnahmen geht.*

11
12 I: Ok und welche Erfahrungen haben Sie da so gemacht?

13
14 B: *Ähm, auf die meisten Anwendungen reagieren die Patienten positiv. Das heißt, sie fühlen*
15 *subjektiv Veränderungen, Verbesserungen an ihrer Hauptproblematik, an den funktionellen*
16 *Hauptproblemen. Und ...die Patienten profitieren im Bewegungsausmaß, in der Kraft, die*
17 *aufgebaut werden kann, in Bewegungssicherheit, in koordinativen Aspekten.* Von diesen
18 Techniken *und die lassen sich ganz wunderbar kombinieren mit standardisierten Verfahren,*
19 *die wir dann auch wieder zielgerichtet anwenden, um die Therapieziele zu erreichen. Das ist*
20 *also ein ganz gutes Ergänzungspaket.*

21
22 I: Ok, was verstehen Sie denn unter alternativen Heilmethoden in der Physiotherapie?

23
24 B: Mh... Ich denk mal das ist wie bei den medizinischen Heilmethoden auch, dass wir
25 standardisierte, evidenzbasierte Behandlungsmaßnahmen, Behandlungstechniken haben,
26 bei denen die Effekte nachgewiesen sind und alles was nicht exakt nachweisbar ist, zählt
27 dann zwangsläufig zu alternativen Methoden, wobei das für den einzelnen im individuellen
28 Verlauf betrachtet auch nicht nachteilig sein muss. Sondern wir haben viele positive Effekte,
29 auch bei nicht evidenzbasierten Techniken.

30
31 I: Ok, beschreiben Sie doch mal die Unterscheidung alternative Heilmethode und
32 Schulmedizin in der Physiotherapie. Haben Sie ja eigentlich schon gerade eben ziemlich
33 gemacht.

34
35 B: Ja, also alles was evidenzbasiert ist, ist nicht alternativ, sondern eben evidenzbasiert und
36 alle anderen Techniken, die keine exakten Zuordnungen zu speziellen Effekten oder
37 Anpassungsreaktionen zeigen, die sind dann als alternativ zu bezeichnen.

38

39 I: Ok, praktizieren Sie denn alternative Heilmethoden als Physiotherapeut?

40

41 B: Ja! Klar.

42

43 I: Welche?

44

45 B: Massage, Übungsbehandlung. Egal, ob die Übungen jetzt aus Yoga oder Pilates
46 kommen, ähm ob das Krafttrainingsübungen sind. Auch da gibt es evidenzbasierte
47 Nachweise für Wirkungen, aber es gibt auch viele Effekte, die in keinem Spektrum stehen,
48 aber die trotzdem auftreten, wo nachher Patient und Therapeut überrascht sind, dass sowas
49 jetzt passiert oder dass die Anpassung jetzt von statten ging. Aber sie ist einfach da. Also ich
50 denke, jeder Physiotherapeut hat ein breites Spektrum an Alternativmethoden. Ob das
51 irgendwelche Weichteiltechniken sind, Muskeldehntechniken oder auch bestimmte
52 Nachweise haben, dass bestimmte Effekte tatsächlich passieren, die auch übertragbar sind
53 auf ähm breites Patientengut, die auch reproduzierbar sind. Aber dann haben wir auch viele
54 Effekt, die einfach da individuell auftreten. *Je nach Vorbildung des Patienten, je nach*
55 *körperlicher Erfahrung des Patienten, je nach Bewegungserfahrung. Da variieren dann die*
56 *Effekte.*

57

58 I: Ok, was sind denn die Gründe, weshalb Sie alternative Heilmethoden als Physiotherapeut
59 anwenden?

60

61 B: Ich denke das ist sicher auch in der Entwicklungsgeschichte der Physiotherapie zu sehen.
62 Dass Techniken, die alt hergebracht sind, die man schon immer gemacht hat, die immer
63 schon instruiert wurden, wo vielleicht auch manchmal eine kritische Auseinandersetzung
64 fehlt, dass man sich selber oder auch andere Mal fragt: "Mensch, warum machst du das?"
65 *Man macht es, weil man es schon immer macht und weil man auch, ja...ein paar positiv*
66 *Erfahrungen damit gesammelt hat.* Und manchmal ist es sicherlich auch Bequemlichkeit.

67

68 I: mhmh.

69

70 B: Dass man einfach bestimmte Techniken weiterführt, weil sie entweder einfach
71 durchzuführen sind oder weil man weiß, manchmal funktioniert es. *Und weil natürlich auch*
72 *momentan ein Mangel an evidenzbasierten, harten Maßnahmen und Techniken besteht.*
73 *Also da haben wir noch ganz viel aufzuholen.*

74

I: Ja. Ganz klar. Was sind denn Ihrer Meinung nach Vorteile alternativer Heilmethoden jetzt gegenüber der Schulmedizin.

B: Weiß nicht, ob man da wirklich Vorteile finden kann...*Ich denke, sie sind bekannter und man muss sich nicht kritisch damit auseinandersetzen, also man kann sie einfach frei von der Leber weg anwenden.* Und evidenzbasiert bedeutet, ich muss vorher eine Selektion machen, ich muss mir genau überlegen, welches Patientengut ist für diese evidenzbasierte Technik geeignet? Welche Kontraindikationen sprechen gegen eine effektive Behandlung. Und das macht das Ganze ein bisschen unhandlich und eckiger in der Anwendung. Und ich glaube auch, viele Physiotherapeuten haben noch ein ja eine gewisse Scheu sich mit Studien auseinanderzusetzen und viele fragen sich nach der praktischen Umsetzung nach solchen Studien. Und so lange in Studien ganz oft am Schluss der Satz steht: „Für eine weitere Aussage sind zusätzlich Studien erforderlich“. Ist natürlich auch die Aussage von so einer Studie immer fragwürdig. Die ist nicht vollständig und damit in der Praxis nicht so hilfreich, wie man es gerne hätte. Und da müsste man schon an den Studiendesigns etwas ändern. Das ist nicht 1 zu 1 übertragbar aus medizinischen Bereichen, sondern wir brauchen in der Physiotherapie andere Maßstäbe, eben weil wir ein ganz großer Unsicherheitsfaktor haben, Patient. Und der bringt viele Vorbedingungen mit, auf die wir in der Therapie wenig Einfluss haben. Zumindest am Anfang. Wenn man den Patient genau untersucht hat und besser kennt, nach 2-3 Behandlungseinheiten, dann kann man solche Grauzonen besser ausloten und dann auch die Therapie besser einstellen. Aber ich denke, es wird nichts dran ändern, dass es ein breites Spektrum an evidenzbasiert und alternativ geben muss, um flexibel zu sein in der Therapie.

I: Ja, ok. Was sind Ihrer Meinung nach Nachteile alternativer Heilmethoden?

B: Auch das ist wieder nicht geradlinig zu beantworten. So wie die Vorteile ähm variabel und individuell zu sehen sind, je nach Patient, je nach Krankheitsbild, je nach Bedingung, so sind auch die Nachteile genau von denselben Parametern abhängig. Ähm, Nachteile bedeutet immer, ich mache irgendwas, und hoffe eine positive Reaktion des Patienten, ohne das Ergebnis vorweg nehmen zu können. Das heißt, es ist immer etwas unsicher in der Therapie, wobei man ja sagen muss, der menschliche Körper ist sehr robust im Nehmen und ist auch ein Meister in der Antizipation, in der Adaption, also wir können vielfältige Therapiereize am Patienten anwenden, und wir wissen der Körper des Patienten wird einen Weg finden, die Reize umzusetzen. Und dann muss das Ganze nur noch in den Therapieablauf reinpassen. Also in die individuelle Zielvereinbarung, die man mit dem Patient hat. Wenn ich eine Bewegungserweiterung haben möchte, brauch ich natürlich

112 überwiegend Maßnahmen, die diesen Bereich fördern. Und ob die jetzt letzten Endes
113 evidenzbasiert sind, oder ob die alternativ zu bezeichnen sind. Das ist für den Patienten
114 meistens egal. Wenn es funktioniert, dann funktioniert es. Und manchmal käme man
115 vielleicht mit evidenzbasierten Techniken vielleicht schneller zum Ziel, manchmal funktioniert
116 es aber auch mit alternativen Techniken sehr schnell, wo nachher keiner mehr weiß, warum
117 hat das jetzt geklappt? Und insofern ist das auch wieder zwiespältig.

118

119 I: Ok, also einen richtigen Nachteil können Sie jetzt nicht nennen?

120

121 B: Kommt, denke ich, auf die Technik an. Also wenn es etwas ist, wie Bäume umarmen oder
122 so was, da halte ich ja...ich persönlich weniger davon. Da sehe ich aber auch nicht unbedingt
123 einen Nachteil. Wenn es Menschen gibt, die dadurch Kraft generieren und denen das gut tut,
124 dann sollen die das machen. Wer aber nicht meine Art.

125

126 I: Ok, warum wirken Ihrer Meinung nach denn alternative Heilmethoden?

127

128 B: *In der Physiotherapie geht es ja primär um Zuwendung zum Patienten. Das heißt, sobald*
129 *sich ein Mensch mit einem anderen Menschen beschäftigt, sobald da eine Verbindung*
130 *entsteht und aufgebaut wird, geht es dem anderen, jeweils anderen Menschen gut. Und*
131 *dabei spielt es primär mal keine Rolle, ob wir evidenzbasiert arbeiten oder alternativ durch*
132 *Handauflegen. Handauflegen und ein bisschen Reiben ist die einfachste Form von*
133 *Wärmeerzeugung, mechanische Therapie, auch wenn es sehr unspezifisch ist, aber es wirkt*
134 *und Handauflegen und bisschen reiben hat schmerzlindernden Charakter durch*
135 *mechanorezeptive Überlagerung, Wärmeproduktion, Durchblutungssteigerung und die*
136 *Zuwendung, die persönliche Zuwendung. Die macht da, glaube ich, viel aus. Man kann da*
137 *durchaus von einem Placeboeffekt sprechen. Sobald sich der Patient als Patient und als*
138 *Mensch mit Problemen wahrgenommen fühlt, geht es ihm schon mal besser. Da kann man*
139 *Gesprächstherapie machen, wir können Handauflegen machen, wir können eine Wärme*
140 *oder Kälteanwendung machen oder wir können ganz hoch spezifisch manuelle Therapie*
141 *anwenden, es geht um Berührung, es geht um Verständnis und es geht um Aufklärung. Und*
142 *wenn sich ein Patient gut aufgehoben fühlt und verstanden fühlt, geht es ihm schon mal ein*
143 *ganzes Stück besser. Das macht die Arbeit in dem Fall dann ein bisschen leichter.*

144

145 I: Das stimmt. So die letzte Frage: Wie ist Ihr Wissen über alternative Heilmethoden
146 entstanden?

147

148 B: Durch die Ausbildung.

149

150 I: Ausbildung.

151

152 B: Ausbildung Physiotherapie, da war viel drinnen. Natürlich auch in Fortbildungen, in
153 Weiterbildungen, die diesen Bereich ja immer wieder gestreift haben. Auch wenn es eine
154 fachspezifische Ausbildung ist. Manuelle Therapie, auch da gibt es viele Bereiche, die nicht
155 unbedingt evidenzbasiert sind. Aber die Mischung macht es dann. Und die Forschung in der
156 Physiotherapie steckt ja noch in den Kinderschuhen und da denke ich, da kann man in den
157 nächsten 10, 15, 20 Jahren noch viel erwarten. Auch das, was die letzten Jahre immer wieder
158 rauskam, mit neuen Behandlungstechniken, sei es Faszientraining, sei es
159 Flossinganwendungen. Das sind alles Techniken, die jetzt so am evidenzbasieren sind. Die
160 ersten Studien sind am Kommen und die sind sehr vielversprechend. Und der Rest der
161 Physiotherapie muss nachziehen, dann kriegen wir da auch ein breiteres Wissen.

162

163 I: Ok, dankeschön, dann wären wir fertig. Haben Sie noch irgendwas hinzuzufügen?

164

165 B: Nein, eigentlich nicht. Passt.