

Cave

Tuina-Massage muss sanft, flexibel und vorsichtig ausgeführt werden. Verletzungen der Hautoberfläche und des Bindegewebes sind unbedingt zu vermeiden.

Kollagen ist der Hauptbestandteil des Bindegewebes. Auf sanften Zug reagieren kollagene Fasern mit Adaptierung und Verlängerung, bei zu starkem Zug reißen sie.

! Merke

Der Organismus reagiert auf die Massage optimal, wenn die angewandten Kräfte nicht über die Toleranzzone hinausgehen. Die Toleranzzone ist die Kraft, bei der noch keine Mikrotraumen auftreten.

Daher ist es besonders wichtig, die Überdehnung des Gewebes und damit die Beschädigung des Bindegewebes zu vermeiden. Bei zu starkem Zug kommt es zuerst zu Mikroverletzungen der Muskulatur und dem Aufbrechen von Crosslinks (Verbindungen der einzelnen Muskelfasern miteinander) und letztendlich zur Verlängerung der Muskelfasern. Diese überdehnten Fasern übernehmen bei neuerlicher Belastung ein Übermaß an Belastung. Es entsteht ein instabiles Gleichgewicht zwischen Elastizität und Zugwiderstand, die Belastbarkeit bis zum Erreichen der maximalen Dehnung sinkt, es kommt zur plastischen Deformation.

Durch seine viskoelastischen Eigenschaften reagiert das Bindegewebe folgendermaßen auf Druckbelastung: Je schneller wiederholter Druck auf das Gewebe ausgeübt wird, desto mehr Widerstand wird diesem Druck entgegengesetzt. Das Gewebe fühlt sich relativ steif an.

Bei Überwindung dieses Widerstandes entsteht Reibungshitze, das Gewebe erwärmt sich (Hysterese).

! Merke

Es gelten folgende Prinzipien: vorsichtige Zugbelastung, nicht überdehnen, langsam steigende Druckbelastung.

Vorbereitung

Die Hunde und Katzen sollen möglichst entspannt stehen oder liegen, die Unterlage soll weich, warm

und stabil sein. Katzen und kleine Hunde behandle ich gerne auf dem Tisch, große Hunde auf dem Fußboden. Ich bitte die Tierbesitzer, eine Decke von zu Hause mitzubringen, die meisten Hunde fühlen sich auf ihrer eigenen Decke bedeutend wohler.

! Merke

Während einer Tuina-Sitzung sollte sich der Therapeut auf seinen Patienten konzentrieren und sich nicht mit dem Besitzer unterhalten. Tuina ist eine hochenergetische Behandlungsform, die dem Therapeuten absolute Konzentration abfordert.

Oft verschwimmen die Grenzen zum medizinischen Qi-Gong – hier gibt der Therapeut mit seinen Händen Qi direkt an den Patienten weiter. Nur mit warmen Händen soll Tuina ausgeführt werden. Einer meiner chinesischen Professoren wärmt vor jeder Behandlung seine Hände und Finger mit Grifftechnik-Übungen auf, damit sein Qi in Fluss kommt. Nur so kann er es auch weitergeben. Zwischen den einzelnen Patienten müssen die Hände unter viel fließendem kaltem Wasser von dem aufgenommenen Qi des Patienten, egal ob Mensch oder Tier, gereinigt und vor der neuerlichen Behandlung wieder aufgewärmt werden.

Die Anforderungen an den Tuina-Therapeuten sind vielfältig, aber eigentlich doch logisch, wenn man bedenkt, dass es hierbei zu einem Energieaustausch zwischen Patient und Therapeut kommt: Der Therapeut soll gerade bei energetischen Behandlungen ruhig und ausgeschlafen sein, er soll nicht unter Hunger und Durst leiden. Die Kleidung soll nicht einengen und die Körperatmung behindern, die Umgebungstemperatur soll angenehm sein. Ruhe oder leise Hintergrundmusik besänftigen vielleicht den Hund, sicher aber den Therapeuten. Die Körperhaltung des Therapeuten muss auf seine eigene Bequemlichkeit abgestimmt sein, nur dann kann er auch über längere Zeit energiesparend arbeiten.

Auch wenn die Weitergabe von Qi oder energetische Massageformen recht spirituell oder esoterisch klingen mögen, lassen Sie sich als Therapeut doch mal versuchsweise darauf ein, die Reaktionen sind bei Mensch und Tier verblüffend und

blindes „daran glauben“ ist für den Behandlungserfolg gar nicht nötig.

Die Reizstärke, die Reizfrequenz und die Reizzonen werden der jeweiligen Reaktion unserer Patienten angepasst und können sich je nach Tagesverfassung des zu behandelnden Tieres immer wieder ändern.

Tonisieren, Kräftigen

Tiere, die an einem Leermuster leiden, sind oft chronisch krank, sie sind meist müde, frieren oder zittern, haben einen kraftlosen Puls, der Zungenkörper ist je nach betroffenem Substrat verändert, es gibt keinen Zungenbelag. Oft lassen sich die Schmerzen dieser Tiere nicht genau lokalisieren, Schmerzgebiete sind meist nicht sehr druckempfindlich, manchmal hat man als Therapeut sogar das Gefühl, dass Druck als angenehm empfunden wird.

Bei diesen Patienten werden die Handgriffe folgendermaßen eingesetzt:

- zart und oberflächlich
- langsam und lange
- im Verlauf der Meridiane
- im Uhrzeigersinn
- alle Bewegungen führen zum Zentrum des Patienten hin
- im Sinne einer Umarmung

Akupressur wird mit stetigem, gut akzeptierbarem Druck durchgeführt, eventuell mit langsamen kleinen Kreisen im Uhrzeigersinn (ähnlich wie Tellington-Touch). Der Akupressurpunkt wird **langsam** losgelassen und damit geschlossen.

Bei der tonisierenden Behandlung arbeitet man sich langsam Schicht für Schicht in die Tiefe – durch die Haut und die Muskulatur und die Sehnen und Gefäße bis zum Knochen – und lässt langsam wieder los.

Sedieren, Ausleiten

Tiere, die an einem Füllemuster leiden, sind nervös, haben eventuell Fieber, sie hecheln und schwitzen, sie sind unruhig. Ihre Schmerzgebiete sind meist gut erkennbar, zeigen Entzündungszeichen und sind hochgradig schmerzhaft. Meist handelt es sich um akute Zustände. Der Puls ist kräftig und die Zunge kann einen vermehrten Belag anzeigen, der je nach betroffenem Substrat verändert ist.

Bei diesen Patienten werden die Handgriffe folgendermaßen durchgeführt:

- kräftig und kurz
- gegen den Meridianverlauf
- gegen den Uhrzeigersinn
- immer von der Körpermitte weg
- im Sinne einer loslassenden Bewegung
- oft an Fernpunkten, da im Schmerzgebiet nicht tolerierbar

Akupressur wird mit oszillierendem, oberflächlichem Druck ausgeführt, eventuell mit schnellen kleinen Kreisen gegen den Uhrzeigersinn. Der Akupressurpunkt wird **rasch** losgelassen und somit **nicht** geschlossen – Energie kann länger entweichen.

Sedierende, Fülle ableitende Massage kann nur einige Minuten dauern und vom Tierbesitzer alle 30 Minuten wiederholt werden.

Bei einer sedierenden Tuina-Therapie geht der Therapeut sehr schnell durch die Schichten der Haut und der Muskulatur in die Schichten der Sehnen und Gefäße und rasch wieder zurück.

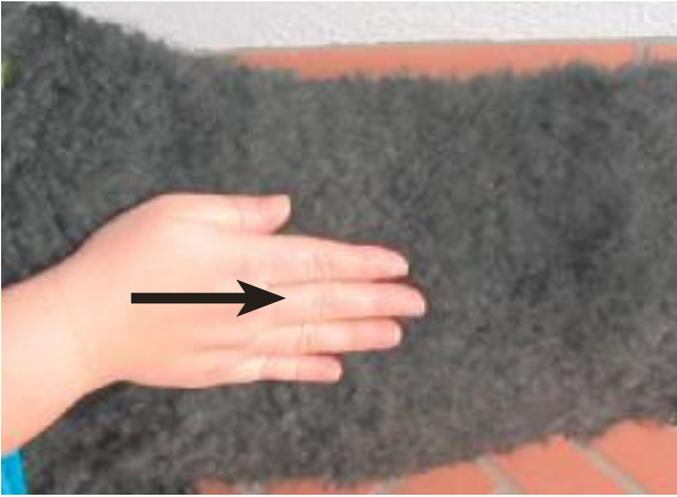
Die wichtigsten Griffe der Tuina

Ich möchte die wichtigsten klassischen Tuina-Griffe beschreiben und sie so weit wie möglich mit den Grifftechniken der klassischen französischen Massage vergleichen.

TUI = Schieben TUI ist die schiebende Massage-technik (► Abb. 5.2). Der Therapeut schiebt mäßigen Druck in eine Richtung und kehrt ohne Druck mit einer sanft gleitenden Bewegung wieder zum Ausgangspunkt zurück. TUI kann mit der Faust, der Handfläche, den Fingerknöcheln und dem Daumen ausgeführt werden. TUI ist wohl am ehesten mit der Effleurage zu vergleichen. Ich beginne und beende eine Tuina-Sitzung meist mit dieser Technik.

Wirkung:

- Gewöhnung an die Hand des Therapeuten und Entspannung
- verbesserte Körperwahrnehmung
- Anregung der Lymphgefäß-Eigenmotorik
- entspannt Muskeln und Sehnen
- löst Krämpfe und lindert Schmerzen
- fördert die Zirkulation
- erhöht die Spannkraft der Haut



► Abb. 5.2 TUI = Schieben



► Abb. 5.3 NA = Kneifen

- hilft Müdigkeit zu überwinden
- Vorsicht bei Schwellungen!

NA = Kneifen NA ist die chinesische Bezeichnung für die Massagetechnik des Kneifens (► Abb. 5.3). Die Hand wird wie eine Zange benutzt, entweder mit Daumen und Zeigefinger oder mit Daumen und den restlichen Fingern. Der gewählte Akupunkturpunkt oder Körperteil wird mit der Zange kom-

primiert und wieder losgelassen. Die Bewegungen sollen langsam und rhythmisch bleiben, der Druck kann variiert werden: sanft beginnen, dann langsam steigern, dann wieder sanfter kneifen. Es kommt zu keiner Schnellbewegungen wie bei der „Cross Friktion“. Die Areale werden nur gedrückt und wieder losgelassen. NA kann entweder nur in der Hautschicht eingesetzt werden oder in die Tiefe gehen. Diese Massagetechnik eignet sich beson-

ders für alle Gelenke, die Muskulatur der Gliedmaßen, für den Nacken und den Rücken.

Wirkung:

- löst Muskelkrämpfe
- reguliert Nervenfunktionen
- öffnet die Meridiane
- beseitigt Müdigkeit
- leitet exogene Pathogene aus

AN = Drücken AN bezeichnet die Ausübung von Druck auf einen Akupunkturpunkt oder einen Körperteil (► Abb. 5.4). Ein Akupunkturpunkt wird mit dem Finger oder einem Fingerknöchel gedrückt, ein Körperteil mit der Handfläche. AN kann auf zwei verschiedene Arten ausgeführt werden: Entweder beginnt der Therapeut mit leichtem Druck und verstärkt ihn immer mehr, bis der Patient reagiert, oder er übt intermittierenden, rhythmischen Druck aus, der in Frequenz und Intensität immer gleich bleibt. In der klassischen Massage bezeichnen wir diese Technik als Friktion.

Wirkung:

- öffnet die Meridiane und Akupunkturpunkte
- löst Stauungen im Qi-Fluss
- lindert Schmerzen

MO = Kreisendes Reiben MO beschreibt die Technik des kreisenden Reibens, auch das ist eine Form der Friktion (► Abb. 5.5). Mit den Fingern oder mit der Handfläche wird die Haut in kreisenden Bewegungen gerieben. Diese Technik kann großflächig mit weit ausholenden Handbewegungen, z. B. am Rücken, oder sehr begrenzt mit winzigen Fingerbewegungen, z. B. um die Augen, ausgeführt werden. Es wird ein leichter, gleichmäßiger Druck ausgeübt, der nicht tiefer als in das Bindegewebe reicht.

Wirkung:

- normalisiert Qi-Fluss
- lindert Schwellungen und Schmerzen

ROU = Kreisendes Drücken ROU beschreibt die Technik des kreisenden Drückens (► Abb. 5.6). Dazu übt der Therapeut mit kreisenden Bewegungen einen gleichmäßigen, kräftigen Druck aus. Der jeweilige Akupunkturpunkt oder Körperteil wird mit dem Finger, den Knöcheln, der Handfläche oder den Handballen in kreisenden Bewegungen massiert. Der Druck ist anfänglich sanft und wird immer mehr gesteigert, bis zur Reaktion des Patienten. Die Richtung der Kreise – im oder gegen den Uhrzeigersinn – wird von der Grundkrankheit



► Abb. 5.4 AN = Drücken



► Abb. 5.5 MO = Kreiselndes Reiben



► Abb. 5.6 ROU = Kreiselndes Drücken

des Patienten bestimmt. ROU ist ein kräftiger, tief gehender Massagegriff, entsprechende Vorsicht ist also geboten. Die klassische Massage kennt diese Technik auch unter Gelotrypsie: Myogelosen (Verquellungen und Verhärtungen unter der Haut) werden von dieser Technik aufgebrochen und beseitigt.

Wirkung:

- schmerzlindernd
- abschwellend
- anregend
- reguliert Qi-Fluss

QIA = Zwicken Bei der Massagetechnik des QIA wird der gewählte Akupunkturpunkt oder der gewählte Körperteil kräftig gezwickt (► Abb. 5.7). QIA ist eine stark reizende und nicht schmerzlose Technik. Sie entspricht der Fingerspitzenpetrissage. Vorsicht ist bei der Wahl der Intensität geboten: Die Haut darf nicht verletzt werden und man sollte sich gerade an die Schmerzgrenze des Tieres herantasten. Bei Unsicherheit des Therapeuten und bei kleinen ängstlichen Tieren würde ich auf diese Technik verzichten.



► Abb. 5.7 QIA = Zwicken



► Abb. 5.8 PAI = Klopfen

Wirkung:

- starke Stimulation der Akupunkturpunkte
- öffnet die Meridiane
- vermindert Schwellungen im weichen Gewebe

PAI = Klopfen PAI ist die chinesische Bezeichnung für die Massagetechnik des Klopfens (► Abb. 5.8). Der Therapeut klopft mit den Fingerkuppen, dem Handrücken oder der Handfläche auf die zu be-

handelnde Stelle. Die Bewegung soll gleichmäßig, sanft, rhythmisch und elastisch sein. PAI verwende ich gern gegen Ende einer Tuina-Therapie.

Wirkung:

- löst Muskelverspannungen
- lindert Gliederschmerzen
- reguliert Qi-Fluss
- leitet Wind und Kälte aus

KOU = Trommeln KOU ist die Steigerung des oben genannten Klopfens (► Abb. 5.9). KOU wird entweder mit den Fingerkuppen oder mit der flachen Seite der zweiten Fingerglieder durchgeführt. Die Trommelbewegungen sollen rhythmisch und elastisch sein. PAI und KOU werden an den Extremitäten, an den Schultern und am Rücken parallel zur Wirbelsäule angewendet. Besonders Hunde mögen diese Form der Massage sehr und verlangen oft eine ziemlich hohe Reizintensität.

Wirkung:

- verbessert Qi-Fluss
- entspannt die Muskulatur
- hilft bei Erschöpfung

DOU = Schütteln Die Chinesische Massagetechnik DOU wird an der locker entspannten Gliedmaße angewendet. Der Therapeut erfasst die Gliedmaße

am distalen Ende und schüttelt sie wie ein Seil auf und ab (► Abb. 5.10). Die Gliedmaße darf dabei nicht gedreht werden. DOU ist oft gegen Ende einer Therapiesitzung zum Auflockern angebracht. Meine Patienten benötigen meist einige angenehm verlaufene Massagesitzungen, bevor sie so entspannt sind, dass DOU möglich ist. Vorsicht mit dem Bewegungsumfang und der Reizintensität.

Wirkung:

- entspannt Muskeln und Sehnen
- fördert die Beweglichkeit der Gelenke
- hilft Müdigkeit und Erschöpfung zu überwinden

YAO = Kreisen lassen Auch die chinesische Massagetechnik YAO wird an der entspannten Gliedmaße durchgeführt. Der Therapeut hält die Gliedmaße unter dem betroffenen Gelenk und lässt sie langsam und ohne Anstrengung im Gelenk kreisen (► Abb. 5.11), zuerst in kleinen Kreisen, dann im maximalen Gelenkradius – aber nicht über ihn hinaus! Meist wende ich DOU und YAO gemeinsam an.

Wirkung:

- bei Gelenkbeschwerden
- lockert steife Gelenke
- verbessert Range of Motion



► Abb. 5.9 KOU = Trommeln



► **Abb. 5.10** DOU = Schütteln



► **Abb. 5.11** YAO = Kreisen lassen

GUN = Rollen Die chinesische Massagetechnik GUN wird über muskelreichen Körperarealen angewendet. Die Hand des Therapeuten wird, leicht gekrümmt, mit der Handkante auf dem betreffenden Muskel aufgelegt. Nun rollt der Therapeut sei-

ne Hand rhythmisch und gleichmäßig über die Handkante hin und her (► **Abb. 5.12**). Der Druck soll so stark sein, dass die Muskelschicht durchdrungen werden kann. Die Frequenz kann variiert werden.



► Abb. 5.12 GUN = Rollen

Wirkung:

- entspannt Muskeln und Sehnen
- lindert Muskelkrämpfe
- lindert Schmerzen
- stärkt die Knochen
- fördert die Zirkulation im Sehnenbereich

ZHEN = Vibrieren lassen Bei der chinesischen Massagetechnik des ZHEN legt der Therapeut seine Fingerkuppen oder seine Daumenballen oder seine Handflächen auf das betroffene Gebiet und übt nun mit kräftigem, regelmäßigem Druck schnelle Vibrationen aus (► Abb. 5.13). Durch diese starke Manipulation werden auch tiefe Schichten erreicht.

Wirkung:

- löst Muskelverspannungen
- lindert Schmerzen
- lindert Muskelkrämpfe
- beseitigt Erschöpfungszustände

CUO = Zwirbeln Die Chinesische Massagetechnik des CUO, die an den Extremitäten durchgeführt wird, beschreibt eine zwirbelnde, wie Feuer anfachende Bewegung (► Abb. 5.14). Der Therapeut legt dazu seine Handflächen gegenüber gesetzt an die Extremität des Patienten und zwirbelt sie zwischen seinen Händen. CUO soll langsam beginnen,

die Frequenz kann im Laufe der Massage ansteigen, um gegen Ende wieder langsam zu werden. Der Druck kann variiert werden.

Wirkung:

- öffnet die Meridiane
- reguliert Qi-Fluss
- entspannt die Muskeln
- hilft bei Erschöpfung

MO = Wischen (Im chinesischen werden MO = Kreisendes Reiben und MO = Wischen völlig anders ausgesprochen.) Bei dieser Technik handelt es sich um eine ausgesprochen beruhigende Massagetechnik. Beide Hände oder Daumen streichen von einem Mittelpunkt aus mit sanftem, gleichmäßigem Druck nach außen (► Abb. 5.15). Mo wird besonders am Kopf, im Nacken, auf dem Rücken und dem Bauch angewendet.

Wirkung:

- beruhigend
- leitet Übererregbarkeit ab
- stark tonisierend
- erhöht die Spannkraft der Haut

Kontraindikationen

Wie bei allen Massagetechniken gibt es auch bei der Tuina-Massage einige Kontraindikationen.



► Abb. 5.13 ZHEN = Vibrieren lassen



► Abb. 5.14 CUO = Zwirbeln

Cave

Tuina-Massage soll nicht angewendet werden bei offenen Wunden, Wundheilungsstörungen, Sarkomen und Sarkoiden der Haut und sonstigen Hauterkrankungen auf betroffenen Arealen, bei Osteosarkomen, Dekalzifizierungsprozessen der Knochen, Osteomyelitis, frischen Frakturen, Phlebitis auf betroffenem Gebiet, septischen Zuständen und bei frischen Blutungen.

Bei Vorliegen einer Trächtigkeit ist die Massage am Abdomen, der Leistenregion und an den Hinterextremitäten sehr vorsichtig durchzuführen.

Wenn die Patienten sehr erschöpft oder geschwächt sind, lässt die körpereigene Reaktion auf die Therapie manchmal zu wünschen. Sie sollen sich erst erholen, bevor sie therapiert werden können.

Die folgenden Zustände sind mit einigem Geschick und entsprechender Vorsicht ohne Probleme



► Abb. 5.15 MO = Wischen

me in die Tuina-Massagetherapie einzugliedern: hochgradig eingeschränkter Allgemeinzustand, Aversion gegen Berührung, hochgradig nervöse, ängstliche und aufgeregte Tiere

! Merke

Bitte bedenken Sie, dass nach einer Tuina-Behandlung Muskelkater und Gelenkschmerzen auftreten können! Machen Sie den Besitzer darauf aufmerksam. Nicht umsonst halten die meisten Menschen nach einer Massage eine Nachruhe ein – das sollten wir auch den Hunden zugestehen!

5.4

Bewegungstherapie

Die Bewegungstherapie beim Hund findet ihren Einsatz vor allem in der Rehabilitationsmedizin. Sie besteht nur in den seltensten Fällen aus einfachem „Laufen lassen“. Es handelt sich dabei vielmehr um verschiedene therapeutische Übungen, die kontrollierte, oft physiologische Bewegungsabläufe darstellen. Die Tiere sollen nach einem **speziellen Trainingsplan unter Supervision** arbeiten.

Meiner Meinung nach gehören die Anpassung der jeweiligen Übungen und die strenge Kontrolle der korrekten Ausführung zu den wichtigsten Punkten der Rehabilitationsmedizin.

Diese Bewegungstherapie wird in der Rehabilitationsphase besonders nach Verletzungen, orthopädischen Operationen und bei nervalen Ausfällen eingesetzt. Die Ziele der therapeutischen Übungen sind:

- Wiederbenutzung der betroffenen Extremität
- Vergrößerung des schmerzfreien Bewegungsausmaßes der betroffenen Gelenke
- Reduzierung der Lahmheit
- Wiedererlangung gestörter Ausscheidungsfunktionen
- Verbesserung der Propriozeption
- Schulung der Koordination
- Aufbau von Muskelmasse und Kraft
- Remobilisierung fixierter Gelenke
- Prävention weiterer Verletzungen

Das Geheimnis, warum das möglichst frühzeitige Einsetzen der therapeutischen Übungen zur Wiedererlangung ungestörter, müheloser Bewegung nach orthopädischen Traumen so wichtig ist, liegt in den Begriffen Koordination und Propriozeption.