

**Zeitschrift:** Der Heilmasseur-Physiopraktiker : Zeitschrift des Schweizerischen Verbandes staatlich geprüfter Masseur, Heilgymnasten und Physiopraktiker = Le praticien en massophysiothérapie : bulletin de la Fédération suisse des praticiens en massophysiothérapie

**Herausgeber:** Schweizerischer Verband staatlich geprüfter Masseur, Heilgymnasten und Physiopraktiker

**Band:** - (1937)

**Heft:** 1

**Artikel:** Allgemeine Plauderei über Massage

**Autor:** Frehner, A.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-931038>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 02.04.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

auf dem Platze Winterthur wird für Beide kein leichter sein, aber wir wollen uns bemühen, eine anständige Konkurrenz zu führen und zugleich stets gute Freunde bleiben.“ Es ist mir, als Ueberlebenden, ein Bedürfnis zu erklären, dass die damaligen Worte von Gottfried Weser nicht leere Worte geblieben sind, sondern er hat seinem Versprechen bis zu seinem Tode nachgelebt. Nie oder ganz per Zufall haben wir uns am Biertische getroffen, aber um so inniger und aufrichtiger hat sich unsere Kollegialität und Freundschaft bei ernstern Angelegenheiten erwiesen.

Wenn ich zum Schlusse das Leben des Verblichenen einem kurzen Rückblick unterwerfe, glaube ich sagen zu dürfen, Gottfried Weser hat für unsere Berufsorganisation, für seine Familie, für seine ihm anvertrauten Patienten und für seine Mitmenschen, Freunde und Kollegen stets alles getan, was in seinen Kräften stand.

Mit diesen Worten nehme ich Abschied von Dir.  
Lebe wohl guter Freund und Kollege!

---

## Allgemeine Plauderei über Massage

(Vortrag v. A. Frehner, Rheinfelden, gehalten an der Verbandstagung 1936)

Ueber die Geschichte der Massage glaube ich keine Worte verlieren zu müssen. Ich gehe daher sofort zur Allgemeinen Ganzmassage über. Was versteht man unter einer allgemeinen Ganzmassage, d. h., warum nehmen wir eine Massage des ganzen Körpers vor? In erster Linie um einen guten Stoffwechsel des Körpers zu erreichen, um die Lymphdrüsen anzuregen, die erschlafften Muskeln wieder elastisch zu machen, kurzum, um eine bessere Blutzirkulation zu erreichen.

Wo beginne ich nun mit der Massage? Schon da gehen die Ansichten auseinander. Die einen beginnen am Kopfe, die andern an den Armen oder Füßen. Ich beginne an den Beinen, dann folgt Rücken, Bauch, Brust, Arme und Kopf und zwar deshalb, weil hier in Rheinfelden meistens in den Betten massiert wird und da kann man den behandelten Teil gut zudecken, und zwar beginne ich am Oberschenkel. Warum? Weil ich mir sage, dass derselbe zuerst entlastet werden muss. Ich lege besonders Wert darauf, dass zuerst die Lymphdrüsen in der Leistengegend leicht behandelt werden, indem ich mit den Fingerbeeren leichte Kreisungen mache. Dann streiche, knete, vibriere ich Oberschenkel, Knie, Unterschenkel und Fuss. Der Grund, warum ich nicht unten am Fusse beginne, ist der, weil ich mir sage, zuerst die Lymphdrüsen anregen, damit sie aufnahmefähig sind und den gelösten Unrat verarbeiten können. Ich möchte den Vorgang mit dem Ausdrücken einer Wurst vergleichen: Drückt man dieselbe von hinten aus, platzt sie in der Mitte, öffne ich aber vorn, kann

ich die ganze entleeren, ohne dass die Haut platzt. Vergesst nie, der Beinmassage die Gymnastik beizufügen.

Nachher lasse ich Patient auf den Bauch umwenden und lege ein Kissen darunter. Ältere Leute dagegen lasse ich nur seitwärts drehen, denn sehr oft habe ich die Erfahrung gemacht, dass bei der Bauchlage zu starker Blutandrang zum Kopfe und leicht etwas Benommenheit und Schwindel entstehen. Bei der Rückseite des Beines ist der Wadenmuskulatur besondere Beachtung zu schenken.

Bei der Rückenmassage mache ich mit Vorliebe folgendes: Ich lege die Daumen an den Rückenwirbeln beidseitig an und gehe in kleinen kreisförmigen Reibungen bis zum Halse. Dann streiche ich mit den Fingerbeeren die Zwischenrippenmuskeln gut aus. Man kann den Rücken nicht genug durcharbeiten, wenn man Erfolge haben will. Die Nacken- und Halsmuskulatur muss auch sehr gut durchgeknetet werden, da hier öfters der schlimme Herd des Kopfwehs, der Neuralgien u. s. w. steckt.

Bei der Bauchmassage vergesst ja nicht die entspannte Bauchlage, beginnend mit der Massage am absteigenden Dickdarm. Merkt Euch auch das gute Ausstreichen des Magens, ebenso denkt an die Bauchspeicheldrüse. Eine gute Handvibration hat besonders zur Anregung erschlaffter Därme eine gute Wirkung. Am Schlusse der Bauchmassage lasse ich den Patienten sich noch auf die Seite legen und behandle besonders noch die Lebergegend, auf der andern Seite die Milzgend.

Bei der Brustmassage berücksichtigt die Brustmuskeln, da sehr oft Herzbeschwerden entstehen, die nur auf harte, verdickte Brustmuskulatur zurück zu führen sind, indem sie auf die Herzgend eine Hemmung und einen Druck ausüben. Was das Herz anbelangt, wirkt eine gute Herzvibration in verschiedenen Stärken sehr anregend. Bei verhockter Bronchitis erzielt man mit einer Klopfmassage schöne Erfolge. Bei Schultern, Armen, Händen u. s. w. vergesst nicht die gute Durchknetung der Finger, besonders auch die Gymnastik nicht, um eine Versteifung zu verhüten.

Nun noch etwas zur Massage bei zu starker Fettleibigkeit. Wie oft muss ich hören, die oder jene Masseur, der oder jener Masseur hat uns versprochen, dass wir bei einer Massagetur einige Kilo verlieren werden, aber am Schlusse haben wir noch zugenommen. Lasst diese Versprechungen auf der Seite und sagt lieber: „Für kiloweise Abnahme kann ich nicht garantieren, hingegen werden Sie sich nach der Kur entschieden viel leichter fühlen.“ Besteht eine Fettleibigkeit infolge Erschlaffung der Drüsen, so werden Sie Abnahmeerfolge haben, ist aber eine angeborene Fettleibigkeit vorhanden, so nützt die stärkste Massage nichts. Seht doch die Natur an, der eine Baum ist kräftig, der andere bleibt ein Schwächling. Was die sogenannten Jodsalben zur Entfettung anbelangt, möchte ich Euch zurufen, wenn nicht ärztlich verordnet, „Hände weg“.

Nun kommen wir zum dankbarsten Gebiet der Massage, dem Rheumatismus. Welch schöne Erfolge dabei erzielt werden, glaube ich nicht besonders erwähnen zu müssen. Z. B. beim Muskelrheumatismus, bei einer Durchknetung desselben, wo man die Härten so schön spürt und die manchmal schon nach einigen Sitzungen nachlassen. Schwieriger und mehr Arbeit machen befallene Gelenke. Gelenkschmerzen sind allerdings nicht immer auf Rheumatismus zurück zu führen, sondern stellen sehr oft eine infektiöse Sache dar.

Es fällt mir immer auf, dass bei starken Rheumatikern, besonders bei chronischen Fällen, immer die Milzgegend hart ist. Lässt diese Härtung nach, verschwinden auch die Schmerzen. Es würde mich sehr freuen, am Schlusse meiner Ausführungen von Euch zu hören, ob es sich hier um eine Verhärtung der Milz selbst oder nur um Muskelhärten um die Milz herum handelt?

Nun komme ich auch auf den Ischias zu sprechen, worüber ich mich nicht lange aufhalten möchte, da in unserem Verbands schon 2 Mal Vorträge über dieses Thema gehalten wurden. Ich möchte nur den Pseudoischias erwähnen, wo sehr oft die genannten Muskelhärten oder auch Schwarten, Schwielen genannt, die Ursache der Ischiasschmerzen sind, indem dieselben auf den Nerv drücken. Ferner möchte ich warnen, den richtigen Ischias im Entzündungsstadium zu massieren. Wie erkenne ich nun denselben? In erster Linie probieren wir das gestreckte Bein zu heben und schon nach einer Hochhaltung von 10—15 cm wird der Patient starke Schmerzen spüren; ebenso drücken wir mit dem Daumen auf den Ischiaskopf. Wieder dankbarer ist die Massage nach Ablauf des Entzündungsprozesses, wodurch gewöhnlich Verkürzungen entstehen, welche wir dann beheben sollen.

Ein undankbares Gebiet ist die Arthritis deformans, oder noch besser gesagt die Arthritis vera, gichtische Form. Die entzündlichen Anfälle wiederholen sich immer wieder von Zeit zu Zeit. Während dieser Zeit ist die Massage nicht angebracht. Hingegen muss man nachher doch immer wieder versuchen, etwas Erleichterung zu verschaffen, damit nicht eine allzugrosse Versteifung entsteht.

Darüber, was wir nach Knochenbrüchen bei einer Nachbehandlung mit der Massage erreichen, glaube ich nicht, noch besondere Worte verlieren zu müssen. Hier kommt besonders Massage mit Gymnastik kombiniert in Betracht.

Ebenso dankbar ist die Behandlung der Platt-, Knick-, Senk- und Spreizfüsse. Nur braucht es öfters eine lange Zeitdauer dafür. Bei einer tüchtigen Durchstreichung und Knetung der Fussmuskulatur, welche am besten so geschieht, dass wir die Fingerbeeren an der Fußsohle und den Daumen an der Oberseite des Fusses anlegen; ebenso müssen die Streck- und Beugemuskulatur des Unterschenkels mitbehandelt werden. Dem grossen Ze-

hen ist auch besonders Beachtung zu schenken, indem wir mit demselben Streck-, Beuge- und Kreisbewegungen ausführen. Die Einlagen lasst, wenn möglich, auf der Seite, denn sie sind kein Heil-, sondern nur ein Hilfsmittel, wenn wir sie aber gebrauchen müssen, dann nur für kurze Zeit.

Nun kommen wir zur Nachbehandlung von Venenentzündungen. Zu meiner Lehrzeit wurde nach Venenentzündungen nie massiert. Dagegen wird heutzutage sogar sehr oft Massage verordnet, und wie schöne Erfolge lassen sich damit erzielen. In erster Linie möchte ich alle warnen, hier die Knetmassage, geschweige denn Hackungen anzuwenden, sondern nur mit leichter Streichmassage beginnen, und auch hier habe ich nur schöne Fortschritte erreicht, indem ich die Oberschenkel zuerst bearbeitete. Wenn auch die Streichmassage sehr leicht ausgeführt werden muss, so müssen wir doch unsere ganze Kraft hineinlegen, damit ein wenig wie Magnetismus, oder besser gesagt von unserer Kraft auf den Patienten übertragen wird. Anschliessend möchte ich noch beifügen, wie viel mehr wir erreichen, wenn wir mit der Massage den unbedingten Willen verbinden, es müsse einfach gut werden bei dem Patienten. Besonders schöne Erfolge erzielen wir bei Venenentzündungen, die nach Operationen entstanden sind. Bei denjenigen Venenleiden, die bei jeder kleinen Anstrengung wieder eine Entzündung verursachen, ist die Massagebehandlung erfolglos. Auf die Schönheitsmassage möchte ich hier nicht eingehen. Ich möchte dieses Gebiet lieber unseren wertvollen Kolleginnen überlassen, die jedenfalls hier mehr Erfahrungen besitzen als ich.

Nur noch ganz kurz etwas über Nervenmassage, die sogenannte Punktmassage, was besonders bei Neuralgien in Betracht kommt. Auch hier heisst es die verdickten Nervenendungen durch Druck- und Punktmassage zu lösen.

Was die Dauer der Massagesitzungen anbelangt, sollen wir uns nicht an eine bestimmte Zeit halten, sondern auf die Art der Krankheit und den Zustand des Patienten abstellen; auf keinen Fall soll aber die Dauer allzu lange sein, da wir sonst Erschlaffung statt Belebung erzielen würden.

Gestatten Sie mir noch die sog. Schussmassage, wenn ich sie so nennen darf, zu erwähnen, wo bei Druck- und Knetmassage dieselbe ruckweise ausgeführt wird, anstatt gedehnt und gezogen, was beim Patienten starke Schmerzen auslöst und wobei der Erfolg gleich Null ist.

Das wäre in Kürze eine Allgemeine Plauderei über Massage. Nun möchte ich auch noch die Hilfsmittel streifen, die für uns auch in Betracht kommen, z. B. Bäder, besonders hier in Rheinfelden die wunderbare Soole, in Baden der wohlriechende warme Schwefel, Fichtennadel-, Kohlensäurebäder etc. Ferner Wickel. Bei den heissen möchte ich Euch raten, dieselben gut auszuwin-

den, denn dadurch sind dieselben haltbarer. Und endlich wären noch Dampf, elektr. Schwitzbäder, Teilschwitzbäder, und wie wir in letzter Zeit sehen konnten, die Diathermie und andere elektr. Behandlungen u. s. w. zu erwähnen. Die Herren Kollegen Schmid und Leibacher waren so freundlich und hielten uns sehr lehrreiche Vorträge und Vorführungen darüber, was ich Ihnen an dieser Stelle noch bestens verdanken möchte.

Werte Kolleginnen und Kollegen, übt Eure Hand wieder mehr, damit Gefühl, Kraft und Gewandtheit in vermehrtem Masse sich einstellen. Macht dem Worte Massage alle Ehre; dadurch werden wir dieselbe in die Höhe bringen.

Zum Schlusse rufe ich Euch nochmals zu, bei jedem Griff, jedem Strich, jeder Knetung, jeder Klopfung u. s. w. sollt Ihr wissen, was Ihr unter den Fingern habt und warum und wieso Ihr es so macht; dann, Ib. Kolleginnen und Kollegen, wird es mir nicht bange um unsern Stand, denn nur so können wir uns auf der Höhe halten.

---

## **Resumé élémentaire des glandes endocrines**

Par Ph. Favre, Genève

avec la collaboration de F. Findeys, Genève

Les glandes dont il est question ici, sont connues depuis longtemps par les anatomistes. Mais comme elles sont en général très petites et cachées, il ne leur était pas donné leur importance réelle. Ces minuscules organes étaient considérés comme des organes accessoires dont le fonctionnement était sans valeur. Cependant, quelques savants plus réfléchis, considérant que tout organe doit avoir une fonction définie, leur ont accordé une plus grande attention, nous citons les Drs. Schiff, Moussu, Vassale, etc.

Depuis une cinquantaine d'années, grâce aux premières opérations du goître, la glande thyroïde, la plus volumineuse, attira tout spécialement l'attention des savants nommés plus haut. Toutefois, ce n'est guère que depuis une quinzaine d'années que les physiologistes se consacrèrent à l'étude sérieuse des glandes endocrines et fournirent des précisions incontestables sur les fonctions très importantes de ces organes. Leur situation, leur volume, leurs fonctions et leurs actions, quasi-magiques firent naturellement sensation lorsqu'ils nous furent révélés. Leur sécrétion était ignorée parce qu'elle se fait en quantité infime et de façon très dissimulée. Ces motifs expliquent pourquoi leurs fonctions sont restées aussi longtemps insoupçonnées, leur découverte se heurtant à des obstacles techniques insurmontables.

En effet, les produits sécrétés par ces glandes ne sont pas collectés au centre de la glande pour être déversés ensuite sur un point précis de l'organisme, comme c'est le cas pour la salive, la