

Die Hentschel-Methode

Eine Methode mit unterschiedlich geformten Therapiehölzern zur spezifischen Bearbeitung von Geweben und Gelenken

Die Hentschel-Methode ist anfangs der 1990er Jahre von der Physiotherapeuten-Familie Hentschel in Stuttgart konzipiert und seither ständig weiterentwickelt worden. Für eine stetig zunehmende Anzahl von Therapeutinnen und Therapeuten aus den Bereichen Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, myofunktioneller Therapie und Massage ist diese Behandlungsmethode durch ihre vielfältigen Einsatzmöglichkeiten und die Präzision bei der Behandlung auch sehr kleiner Strukturen eine bereichernde Ergänzung im Arbeitsalltag.

Die Grundidee der Hentschel-Methode ist, die manuellen Behandlungsmöglichkeiten von Gelenken und Geweben, wie beispielsweise Muskeln, Faszien, Sehnen, Ligamente und Narben durch spezifisch geformte Therapiehölzer zu erweitern. Es geht dabei hauptsächlich um den mechanisch schonenden Zugang zu diesen Strukturen und deren positive Beeinflussung.

Während der langjährigen Arbeit an Patienten und bei der Bearbeitung verschiedener Gewebsarten durch manuell ausgeführte Behandlungs- und Massagetechniken entstand beim Begründer der Methode, Eckhart Hentschel, der Wunsch, die bisher angewandten Techniken zu verfeinern und den möglichen (Be)handlungsspielraum zu erweitern. Die Stärken und vor allem auch die Schwächen und Grenzen des menschlichen „Handwerkzeugs“ wurden von ihm analysiert und ausgewertet. Die dabei gewonnenen Erkenntnisse verwendete er als Grundlage für die Konstruktion von Hilfsmitteln, den Therapiehölzern. Diese weisen Eigenschaften auf, welche der menschlichen Hand nicht oder nur teilweise zur Verfügung stehen.



Die Hölzer

Die Unterschiede zwischen den Therapiehölzern und der menschlichen Hand basieren auf mehreren Faktoren. Die Hölzer verformen sich nicht und es sind Oberflächenformen realisierbar, welche die Finger nicht anbieten können. Es sind sowohl extrem kleine und spitze Varianten als auch grosse, gleichmässig flache Ausführungen verfügbar. Dadurch entstehen unzählige neue Möglichkeiten der mechanischen Einflussnahme auf das Gewebe, die bei entsprechendem Wissen in der Therapie sinnvoll eingesetzt werden können.

Ausserdem lassen sich durch die Hölzer Strukturen selektiv erreichen, welche mit den Fingern kaum zugänglich sind. Ungewohnt ist bei fehlender Erfahrung die indirekte taktile Information, die erst via Holz auf die Therapeutenhand übertragen wird. So hat man bis zum Erreichen einer gewissen Routine ein Fremdkörpergefühl zu überwinden.

In der Praxis konstruierte die Familie Hentschel viele Varianten der Hölzer, probierte diese aus und passte sie immer wieder an, bis eine optimale Bearbeitung der jeweils zu behandelnden Gelenke oder Gewebsarten gewährleistet war.

Durch die extremen Unterschiede der einzelnen Strukturen in Bezug auf Grösse, Konsistenz und Lage im menschlichen Körper sind sehr unterschiedlich geformte Therapiehölzer entstanden. In der Praxis hat sich je nach Anwendungsgebiet ein Set von fünf bis acht Hölzern bewährt.

Die meisten Hölzer gibt es in zwei Ausführungen, entweder aus Holz oder aus Kunstharz. Sie unterscheiden sich geringfügig in der Handhabung und etwas stärker in der Pflege und Desinfizierbarkeit.

Eigenschaften der Hölzer im Therapieeinsatz

- Verformen sich nicht
- Exakt definierte Angriffsfläche
- Fokussierung der mechanischen Energie auf den Zielort
- Geringe Beeinträchtigung (z. B. Quetschung) von umliegendem Gewebe
- Oberflächliche Gewebsverschiebung bei gleichmässiger Druckverteilung möglich
- Falls indiziert, tiefes Einsinken ins Gewebe mit geringem Druck
- Gelenksschonende Handhabung
- Indirekte taktile Information
- Hohe Effektivität

Ziele der Methode

- Effizienzsteigerung der Behandlung, da die zu behandelnden Strukturen leichter erreicht und präziser bearbeitet werden können
- Erweiterung der Behandlungsmöglichkeiten, da Strukturen erreicht werden können, welche ohne Hilfsmittel nicht zugänglich sind
- Verringerung von Nebenwirkungen durch exakteren Zugriff auf die zu bearbeitenden Gewebe/Gelenke
- Ökonomisierung der eigenen Arbeit durch geringeren Kraft- und Zeitaufwand

Anwendungsmöglichkeiten

- Mobilisation von Geweben und Gelenken
- Tonusregulation
- Harmonisierung von Stoffwechselverhältnissen
- Durchblutungsförderung
- Behandlung von Narbengewebe
- Schmerzlinderung
- Abtransport lokaler Ödeme

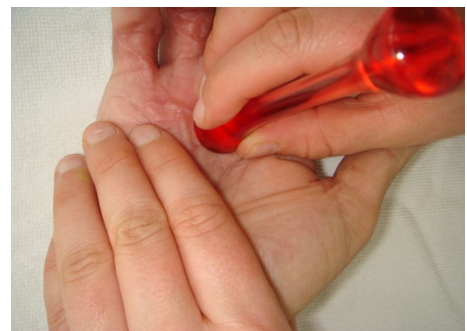
Einige Anwendungsbeispiele

Muskeldetonisierung: Auf dem rechten Bild sieht man eine Technik zur Detonisierung der Extensoren am Unterarm, wie sie zum Beispiel bei Epicondylopathia humeri lateralis eingesetzt werden kann. Hierbei wird der Muskel mit dem Holz angehakt, quer gedehnt und so detonisiert. Diese Technik ist gut mit Friktionen oder Vibrationen kombinierbar. Dadurch lassen sich unterschiedliche Reizintensitäten und Stoffwechselreaktionen erzeugen.



Faszienbehandlung: Abgebildet ist eine Faszienbehandlung mit dem Schaber. Er eignet sich sehr gut zur Ausführung verschiedener auf Reibung, Zug und Druck basierender Faszientechniken und ausserdem zur Anregung einer intensiven Durchblutungssteigerung in den oberflächlichen Gewebsschichten.

Narbenbehandlung: Das Ziel dieser Behandlung ist, mittels Therapieholz die einzelnen Gewebsschichten zueinander verschiebbar zu machen. Dies ist durch die homogene Auflagefläche und die dadurch entstehende gleichmässige Druckverteilung sehr reizarm und effektiv möglich. Je nach Druck werden unterschiedlich viele Gewebsschichten mobilisiert. Der Einsatz des Therapieholzes ist bei der Behandlung von Narben von Vorteil, da durch die feinen Dosierungsmöglichkeiten der Behandlungsreiz den jeweiligen Verhältnissen optimal angepasst werden kann.





PIP-Kontraktur: Dieses Bild zeigt eine PIP-Behandlung, wie sie beispielsweise nach Ruhigstellung oder einer Gelenksverletzung angewendet werden kann.

Durch die kleine, fokussierte Auflagefläche des Holzes auf dem Behandlungsgebiet können die Weichteilstrukturen des Fingers sehr detailliert und effizient bearbeitet werden. Das Gewebe wird dabei durch verschiedene mit den Hölzern ausgeführte Behandlungstechniken mobilisiert.

In unserem Arbeitsalltag haben die Hölzer ihren festen Platz in den einzelnen Behandlungssequenzen gefunden. Sie kommen im gesamten Rehabilitationsverlauf nach Verletzungen, Erkrankungen oder Operationen zum Einsatz, d. h. immer dann, wenn Strukturen mobilisiert, entstaut, detonisiert und/oder im Stoffwechsel sowie in der Durchblutung beeinflusst werden sollen. Dabei helfen die Hölzer die physiologisch korrekten Verhältnisse schneller, sanfter oder nebenwirkungsärmer wiederherzustellen. Die Hentschel-Methode wird in dieser Phase im Wechsel mit und als Ergänzung zu anderen etablierten Behandlungsformen eingesetzt und kann dabei oft als beschleunigender, optimierender oder zusätzliche Möglichkeiten eröffnender Faktor zu einem guten Behandlungsergebnis beitragen.

Durch die tägliche Anwendung an Patienten und die gute Kombinierbarkeit mit anderen Behandlungsformen wie zum Beispiel physikalische Anwendungen, manuelle Therapieformen oder dynamisches Taping, ergeben sich immer wieder neue Ideen und Anwendungsmöglichkeiten, so dass die Methode im therapeutischen Alltag ständig weiterentwickelt und verfeinert werden kann.

Autoren

Jens Hentschel, dipl. Physiotherapeut, MFKSc, Hentschel-Konzeptentwickler

Aline Grond, dipl. Ergotherapeutin FH, zert. Handtherapeutin Schweiz, Hentschel-Instruktorin