

# Abhängen und den Rücken in Schwung bringen

Die Erfindung eines Tiroler Orthopäden brachte neue Bewegung in die Wirbelsäulentherapie. „Swingmed“-Geräte sind auch im Ausland gefragt.

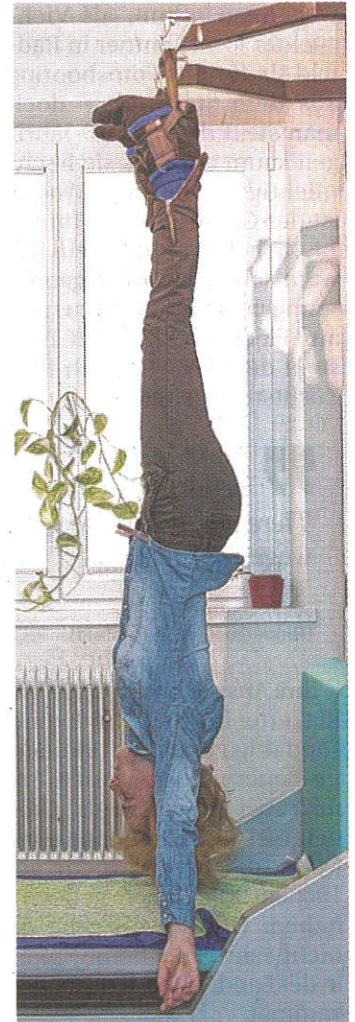
Von Nicole Unger

**Innsbruck** – 30 Jahre lang ist Regina Stadlmeir aus Innsbruck nun schon Krankenschwester. Der anstrengende Pflegeberuf wirkte sich auf den Rücken der 49-Jährigen aus. „Nach einem Bandscheibenvorfall im Jahr 2009 hatte ich zweieinhalb Jahre lang trotz Therapien durchgehend Schmerzen“, erinnert sich die Innsbruckerin.

Ende 2011 probierte Stadlmeir begleitend zur Physiotherapie „Gamma Swing“ (Vorgängermodell von Swingmed) aus, ein Gerät, das der Kufsteiner Orthopäde Ferdinand Gundolf vor drei Jahren entwickelte und das durch leichte schwingende Auf- und Abbewegungen die Wirbelsäule entlasten und Muskulatur und Bänder lockern soll. „Meine Schmerzen sind tatsächlich nach zehn Behandlungen verschwunden“, freut sich Stadlmeir.

Bei der Streckbehandlung wird der Patient auf dem Rücken liegend an den Füßen, die in festen Gamaschen stecken, langsam in die Höhe gezogen. Insgesamt gibt es drei Positionen: Zuerst wird das Becken gehoben und in Schwingung gebracht, dann der Rumpf mit Schulterkontakt zur Unterlage und zum Schluss folgt kopfüber die freie Hängelage, „die aber nicht zwingend erforderlich ist, wenn jemand Angst hat“, erklärt Hubert Schneeberger vom Swingmed-Zentrum „Rückenvital“ in Innsbruck. Aber Sorge brauche man keine haben. „Unsere älteste Patientin, die frei hängt, ist 86 Jahre.“

Die Tiroler Erfindung hat sich bewährt. Mittlerweile gibt es Geräte und Therapiestandorte in ganz Tirol (die Behand-



Eva Zilian aus Zirl hatte zwei Bandscheibenvorfälle. Sie testet das Swingmed-Gerät: Zuerst wird das Becken, dann der Rumpf nach oben gezogen und auf- und abbewegt. Dann folgt die freie Hängelage (kein Muss). Fotos: Hammerle

lung wird nicht von der Kasse bezahlt, Anm.). Der Prototyp „Gamma Swing“ heißt inzwischen „Swingmed“, ist bequemer geworden und kommt auch bei unseren Nachbarn gut an. „Das ‚Tiroler Baby‘ geht in die Welt und wird bereits in Deutschland, Italien, Slowenien und in Bulgarien eingesetzt“, erzählt Schneeberger. Unter anderem auch im Spitzensportbereich. Mehrere klinische Studien hätten sich bereits mit der Therapiemethode beschäftigt. Eine Arbeitsgruppe der Medizini-

schon Universität Innsbruck untersuchte etwa 28 Patienten mit Beschwerden durch degenerative Veränderungen der Wirbelsäule. Mittels MR und CT konnten die Mediziner günstige Veränderungen an den Bandscheiben und Nervenwurzeln feststellen.

Empfohlen werden acht bis zehn Sitzungen. Fünf davon hat Eva Zilian aus Zirl noch vor sich. Die 41-Jährige ist ebenfalls Krankenschwester und hatte bereits zwei Bandscheibenvorfälle. Kopfüber zu hängen, sei überhaupt kein

komisches Gefühl. Ganz im Gegenteil. Es fühlt sich nicht verkehrt an. In der Lendengegend merke Zilian schon eine erste Verbesserung.

Infos: [www.swingmed.at](http://www.swingmed.at)



PRIVATKLINIK HOCHRUM  
SANATORIUM DER KREUZSCHWESTERN

**Wählen Sie Ärzte Ihres Vertrauens.**

[www.privatklinik-hochrum.com](http://www.privatklinik-hochrum.com)