

Rhythmische Einreibungen nach Wegman/Hauschka

Beschreibung der Methode

Eine Rhythmische Einreibung zeichnet sich durch eine sehr behutsame Berührungsintensität (keine Verschiebung des Gewebes) aus. Mit sanften und flüssigen, meist kreisenden Streichbewegungen, werden Öle aufgetragen, dabei entstehen abwechselnd Phasen von einem dichteren und leichteren Kontakt. Die sich wiederholenden Bewegungen sowie die achtsamen Impulse bewirken in Verbindung mit der Heilwirkung der Substanzen eine Belebung und tiefe Entspannung.

Eine Rhythmische Einreibung wirkt durchwärmend und durchatmend. Durch sie kann eine verspannte Muskulatur gelockert und entspannt oder eine Organfunktion angeregt werden. Sie kann strömungsanregend wirken und dadurch eine Körperregion entweder anregen oder bei einer Stauung entlasten.

Wohltuend und harmonisierend werden die Rhythmischen Einreibungen auch im geistig-seelischen Bereich empfunden. Durch die bewusst gestaltete Berührung entsteht eine bessere Körperwahrnehmung. Die Einreibungen regulieren das Körperempfinden in Bezug auf seine Grenzen und die Zugehörigkeit von Körperteilen.

Die Unterstützung der Heilungsprozesse des Menschen auf leiblicher, seelischer und geistiger Ebene findet durch diese Anwendung einen speziellen Ausdruck. Die Rhythmische Einreibung ist eine sanfte Therapie, um die gesundenden (Selbstheilungs-)Kräfte des Menschen zu aktivieren, seinen eigenen Rhythmus wieder zu erlangen und den Krankheitsprozess positiv zu beeinflussen.

Behandlung

Zu Beginn einer Rhythmischen Einreibung wird der Klient bequem gelagert und mit Tüchern/Decken zugedeckt. Behandelt werden Arme, Beine, Rücken, Brust und Bauch. Die einzureibende Stelle wird nur zum Zweck der Einreibung abgedeckt.

Angewandte Behandlungen sind:

- Teilkörper-Einreibungen (Fuss-, Unterschenkel-, Knie- oder Schultergelenk)
- Kombi-Einreibungen (z.B. Fuss/Bein, Hand/Arm/Schultergelenk)
- Ganzkörper-Einreibung (in Absprache können Körperstellen ausgespart werden)

Jede Einreibung schliesst mit einer Nachruhe von ca. 10 – 45 Min. ab.

Die Häufigkeit der Behandlungen wird individuell den Bedürfnissen bzw. dem Beschwerdebild des Klienten angepasst. Als Reaktion auf die Behandlung kann der Klient während dessen einschlafen. Die Intensität und Ausbreitung der Wärme an den behandelten Stellen kann sich unmittelbar während als auch erst im Anschluss an die Anwendung einstellen. Kontraindiziert sind vor allem hochakute und ungeklärte Situationen.

Indikationen

- Chronisch kalte Extremitäten
- Depressive Verstimmungen / Ängste / Orientierungslosigkeit
- Kopfschmerzen
- Rheumatische Beschwerden / Gicht / chronische Gelenksentzündungen
- Rehabilitation nach Krankheit, Unfall, OP / Schwäche / Auszehrung
- Schmerzzustände
- Schlafstörungen
- Unterstützung in belastenden Lebenssituationen und bei Entwicklungsprozessen
- Verspannungen / Stauungen im Kopf-/ Brustbereich / in den Beinen
- Verdauungsbeschwerden

Geschichte der Rhythmischen Einreibungen

Die Rhythmischen Einreibungen wurden von der Ärztin Ita Wegman in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts basierend auf der anthroposophischen Medizin entwickelt und durch Dr. Margarethe Hauschka konkretisiert. Seit etwa 1980 finden die Einreibungen professionelle Anwendung in der Pflege.

Ein Gedanke zum Rhythmus

Alles Lebendige ist strömende, fließende Bewegung. Mittels der rhythmischen Einreibung können strömende Prozesse im Menschen gestaltet oder aufgegriffen werden, das rhythmische Prinzip wird angeregt, die Ätherkräfte werden aufgebaut, belebt, der Wärmeorganismus unterstützt, Starre gelöst.

Die beiden Ärztinnen sahen in den rhythmischen Einreibungen eine therapeutische Massnahme, um Menschen mit Erschöpfungszuständen, mit Schlafstörungen, Unruhe, Ängsten, zur Linderung von Schmerzen und zur Entspannung in ihrem Genesungsprozess zu begleiten.

Ein Gedanke zur Anthroposophischen Medizin

Die Anthroposophische Medizin ist eine Erweiterung der naturwissenschaftlichen Medizin durch die Grundlagen der von Rudolf Steiner (1861 - 1925) begründeten anthroposophischen Menschenkunde.

Die moderne Schulmedizin wird in der Anthroposophischen Medizin erweitert, indem die seelischen und geistigen Bedürfnisse des Menschen einbezogen werden. Das bedeutet, dass die therapeutischen Massnahmen nicht standardisiert sind, sondern den individuellen Bedürfnissen des Patienten angepasst werden.

Quellen: Persönliche Ausbildungsunterlagen SOLEO Pflegeweiterbildung, Arlesheim
Quinte: Bulletin der Ita Wegman Klinik Arlesheim