

Die Hentschel-Methode

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

Die Methode ist in den 1990er Jahren von der Physiotherapeutenfamilie Hentschel in Stuttgart entwickelt worden und wurde seither ständig weiterentwickelt. Für eine stetig zunehmende Anzahl von Therapeuten aus den Bereichen Physiotherapie, Ergotherapie, myofunktioneller Therapie/Logopädie und Massage ist die Behandlungsmethode durch ihre vielfältigen Einsatzmöglichkeiten und die Präzision bei der Behandlung auch sehr kleiner Strukturen eine bereichernde Ergänzung im Arbeitsalltag.

Jens Hentschel, Aline Grond

Die Grundidee der Hentschel-Methode ist es, die manuellen Behandlungsmöglichkeiten von Gelenken und Geweben wie beispielsweise Haut, Muskeln, Faszien, Sehnen, Bänder und Narbengewebe durch spezifisch geformte Therapiehölzer zu optimieren und zu erweitern. Es geht dabei hauptsächlich um den mechanisch schonenden Zugang zu diesen Strukturen und deren positive Beeinflussung durch eigens dafür entwickelte Behandlungstechniken.

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. Als theoretische Basis für die Entwicklung dienten ihm bestehende Erkenntnisse aus der Bindegewebsphysiologie und der funktionellen Anatomie. Die Stärken und vor allem auch die Schwächen und Grenzen des menschlichen „Hand-werkzeugs“ 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 Versionen verfügbar. Dadurch entstehen unzählige neue Möglichkeiten der mechanischen Einflussnahme auf das Patientengewebe, 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 konstruierten die Erfinder viele unterschiedliche Varianten der Hölzer, probierten sie aus und passten sie immer wieder an, bis eine optimale Bearbeitung der jeweils zu behandelnden Gelenke oder Gewebsarten erreicht werden konnte.

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 5-8 Hölzern bewährt. Die meisten Hölzer gibt es in zwei Ausführungen: entweder aus Holz oder aus Kunstharz. Sie unterscheiden sich geringfügig im Handling, in der Pflege und in der Desinfizierbarkeit.

Die Hölzer haben im Therapieeinsatz die folgenden Eigenschaften:

- Verformen sich nicht
- Exakt definierte Angriffsfläche
- Fokussierung der mechanischen Energie auf den Zielort
- Geringe Beeinträchtigung (z.B. Quetschung) von umliegendem Gewebe
- Tiefes Einsinken ins Gewebe mit geringem Druck, wenn dies erwünscht ist
- Oberflächliche Gewebsverschiebung bei gleichmässiger Druckverteilung möglich
- Gelenksschonende Handhabung
- Indirekte aber präzise taktile Information



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.

Ziele der Methode

- Effizienzsteigerung der Behandlung da die zu behandelnden Strukturen einfacher 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 Gewebe und Gelenken
- Tonusregulation
- Harmonisierung von Stoffwechselverhältnissen
- Durchblutungsförderung
- Behandlung von Narbengewebe
- Schmerzlinderung
- Behandlung von lokalen Ödemen

In unserem Arbeitsalltag haben die Hölzer ihren festen Platz in den einzelnen Behandlungssequenzen gefunden. Sie kommen in der Phase der Gewebshelung und Bewegungserweiterung nach Verletzungen, Erkrankungen oder Operationen oder bei der Behandlung chronischer Beschwerdebilder mit mechanischen Einflüssen zum Einsatz, d.h. immer dann, wenn Strukturen mobilisiert, detonisiert und/oder im Stoffwechsel 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.



Muskeldetonisierung: Auf dem 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.

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



Durch die kleine fokussierte Auflagefläche des Holzes auf dem Behandlungsgebiet können die Weichteilstrukturen des Fingers sehr detailliert und reizarm bearbeitet werden. Das Gewebe wird dabei durch verschiedene mit den Hölzern ausgeführte Behandlungstechniken mobilisiert
PIP-Kontraktur: Das Bild zeigt eine PIP-Behandlung, wie sie beispielsweise nach Ruhigstellung oder Gelenksverletzung angewendet werden kann.

Aufgrund der positiven Rückmeldungen vieler PatientInnen und TherapeutInnen bieten wir seit über 15 Jahren Kurse an und freuen uns sehr über die zunehmende Anzahl von TherapeutInnen aus verschiedenen Berufsgruppen die gerne mit der Hentschel-Methode arbeiten.

Autoren

Jens Hentschel, dipl. Physiotherapeut – Master of Functional Kinetic Science – HM-Entwickler
Aline Grond, dipl. Ergotherapeutin FH, zert. Handtherapeutin Schweiz – HM-Instruktorin