

# Wissenschaft und Forschung

## Aktuelles

### Klinische Ergebnisse Rhythmischer Massage – eine prospektive Kohorten-Studie mit ambulanten Patientinnen und Patienten in der Schweiz

Kürzlich wurde eine prospektive Kohorten-Studie über Rhythmische Massage (RM) in einer internationalen, begutachteten Fachzeitschrift publiziert (1). Diese Studie untersuchte, wie RM im klinischen Umfeld – Paracelsus-Spital Richterswil und assoziiertes Paracelsus-Zentrum Sonnenberg Zürich, in der Schweiz – unter alltäglichen Bedingungen durchgeführt wird und wie sich diese anthroposophische Therapie auf die Patientinnen und Patienten (im Folgenden als „Patienten“ bezeichnet) auswirkt.

Ambulante Patienten, denen aufgrund beliebiger Diagnosen RM verschrieben worden war, wurden in die Studie einbezogen, ohne dass die gleichzeitige Nutzung weiterer Therapien oder Medikamente eingeschränkt wurde. Sie erhielten durchschnittlich neun RM-Behandlungen über einen Zeitraum von drei Monaten. Die klinischen Ergebnisse wurden beurteilt anhand von Krankheits- und Symptomwerten, dem Fragebogen SF-36 zu gesundheitsbezogener Lebensqualität sowie einer Einstufung zur Erreichung vorher erfasster Patientenziele anhand der Skala GAS (Goal Attainment Scaling). Die behandelnden Ärzte dokumentierten den Schweregrad der Erkrankung, die übrigen Daten wurden von den Patienten angegeben. Alle Daten wurden zu Beginn der Therapie und nach der letzten Therapiesitzung erhoben. Sechs Monate nach der ersten Behandlung fand eine Nachbeurteilung statt.

Neunundfünfzig Patienten schlossen die Studie regulär ab. Häufigste

Indikationen waren psychische Erkrankungen und Verhaltensstörungen (36 %, vor allem Erschöpfung und Depression), Krebserkrankungen (22 %, vor allem Brustkrebs) und muskuloskeletale Erkrankungen (14 %). Zu Beginn der Studie bestanden die hauptsächlichsten Symptome im Durchschnitt bereits vier Jahre. Am Ende der RM-Behandlung (durchschnittlich drei Monate nach Therapiebeginn) wurden wesentliche Verbesserungen bei Krankheitssymptomen und Lebensqualität festgestellt. Die selbstdefinierten Therapieziele wurden dabei weitgehend erreicht und die behandelnden Ärzte beobachteten eine Abnahme des Schweregrades der Krankheit. Alle Ergebnisse zeigten eine statistisch signifikante Verbesserung zwischen Eingangssituation bei Therapiebeginn und Ausgangssituation nach Therapieende. Untergruppenanalysen zeigten Verbesserungen bei Patienten mit den Diagnosen psychische Erkrankungen und Verhaltensstörungen, Krebserkrankungen, bei Patienten mit Symptomen, die schon länger als 6 Monate bestanden hatten, sowie bei Patienten, die ausschließlich mit RM behandelt wurden. Die meisten Verbesserungen hielten bis zur Nachbeurteilung an.

Die neuen Daten aus der Schweiz untermauern somit frühere Beobachtungen zur Wirksamkeit von RM und erhöhen die Zahl der Diagnosen, bei denen RM von Nutzen zu sein scheint. Insbesondere die beträchtlich große Gruppe der Krebspatienten verdient besondere Aufmerksamkeit, denn diese war in der vorangegangenen Studie nicht vertreten. Die in den weiteren Untergruppenanalysen festgestellten Signifikanzen bei Patienten, welche seit langem krank waren, und bei Patienten ohne zusätzliche Therapien deuten darauf hin, dass die festgestellten Verbesserungen auf die RM zurückgeführt werden können.

In der ersten Phase dieser Studie wurden bei einigen der Patienten auch physiologische Messungen durchge-

führt, deren Analyse teilweise signifikante Veränderungen ergab. Die Resultate wurden im *Journal of Alternative and Complementary Medicine* separat veröffentlicht (2). In dieser Arbeit, die im Merkurstab bereits in deutscher Übersetzung erschienen ist (3), wurde der Einfluss der RM auf Oberflächentemperatur (neun Patienten) und Herzfrequenzvariabilität (elf Patienten) mit Infrarot-Imaging bzw. Elektrokardiographie untersucht. Es zeigte sich, dass RM zu einem unmittelbaren Anstieg der dorsalen Temperatur, einer verbesserten Temperaturverteilung sowie erhöhter sympathischer Aktivität führte – Verbesserungen, die auf eine gesteigerte Wachheit und Kräftigung der Patienten hindeuten. Interessanterweise kam es zu diesen stimulierenden Wirkungen nach einer zur RM gehörenden Periode therapeutischer Ruhe, in der sich intensive Entspannungszustände entfalten, die sich an einer starken parasympathischen Aktivität in der Analyse der Herzfrequenzvariabilität nachweisen ließen. Dieser den Rhythmischen Massagen aus der Praxis gut bekannte Ablauf könnte sich auf verschiedene Aspekte, wie beispielsweise die Schlafqualität, auswirken. Tatsächlich wurden in den späteren Untersuchungen (1) erste Hinweise auf eine Verbesserung der Schlafqualität während des Therapieverlaufs gefunden, was den regenerationsunterstützenden Charakter dieser Therapie hervorhebt. Sie scheint dem Patienten ein „Loslassen“ zu ermöglichen, was seiner Fokussierung auf die Beschwerden und Probleme der Erkrankung entgegenwirken könnte. Die im ersten Teil der Untersuchungen (2) gezeigten langfristigen, positiven Wirkungen der RM auf die Temperaturverteilung und auf die Herzratenvariabilität legen nahe, dass die RM den Verlauf einer Krankheit günstig beeinflusst, aber auch, dass manche Vorteile der Therapie möglicherweise erst dann auftreten, wenn sie in mehreren Sitzungen angewendet wird.

## Berichte

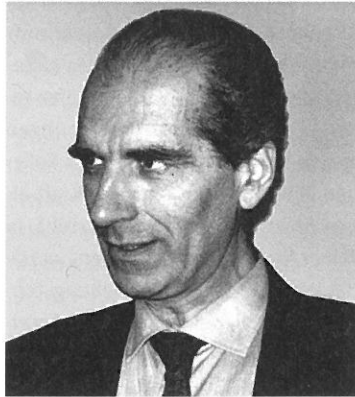
Das hier praktizierte methodische Vorgehen zeigt, wie wichtig es gerade in der Erforschung von Therapien in der Integrativen Medizin sein kann, zwei sich ergänzende Herangehensweisen – Wirksamkeitserfassung (1) und Charakterisierung physiologischer Effekte (2) – zu verfolgen. Die nachgewiesenen Effekte und die Wirksamkeit der RM in einem großen Kollektiv an verschiedenen Krankheiten leidender Patienten unter alltäglichen Bedingungen verdeutlicht das hohe Potenzial dieser Therapie der Anthroposophischen Medizin.

Ana Paula Simões-Wüst,  
Daniel Krüerke  
Klinik Arlesheim AG  
Bereich Klinische Forschung  
Pfeffingerweg 1  
CH-4144 Arlesheim, Schweiz

### Literatur

- 1 Wälchli C, Saltzwedel C, Rist L, Bach-Meguid B, Eberhard J, Decker M, Simões-Wüst AP. Clinical outcomes of rhythmical massage: a prospective cohort study with Swiss outpatients. *Alternative and Complementary Therapies* 2014. DOI: 10.1089/act.2014.20509.
- 2 Wälchli C, Saltzwedel G, Krüerke D, Kaufmann C, Schnorr B, Rist L, Eberhard J, Decker M, Simões-Wüst AP. Physiological effects of rhythmical massage: a prospective exploratory cohort study. *Journal of Alternative and Complementary Medicine* 2014;20(6): 507–515.
- 3 Wälchli C, Saltzwedel G, Krüerke D, Kaufmann C, Schnorr B, Rist L, Eberhard J, Decker M, Simões-Wüst AP. Physiologische Effekte Rhythmischer Massage: Eine prospektive explorative Kohorten-Studie. *Der Merkurstab* 2014;67(2):98–107.

### Nachruf



**Dr. med. Giuseppe Leonelli**  
(20. März 1942–  
28. Dezember 2010)

Das Bild Giuseppe Leonellis, die Intensität, mit der die Kraft seiner Persönlichkeit in seinen Gesten und Zügen zutage trat, ist vielen noch lebendig und präsent in der Erinnerung. Aber vor allem lebendig und unvergänglich ist die Spur, die sein Leben und sein Werk in der Anthroposophie hinterlassen haben: Durch seinen Beitrag hat die Anthroposophie eine neue Phase der Präsenz in der Welt durchlebt.

Betrachtet man sein Leben und sein Werk als Ganzes, hat man den Eindruck, als hätte die Anthroposophie sein Wesen so tief durchdrungen, bis sie zu etwas Untrennbarem von den intimsten Erscheinungen seiner Persönlichkeit geworden ist, indem sie in die konkretesten Aspekte seines Daseins eingezogen ist. Aber zugleich hat man ebenso stark den Eindruck, als hätte die Anthroposophie durch die individuelle Wirklichkeit seines Daseins und seiner Erfahrung neue Sprachen, neue Begegnungsformen mit den Themen des zeitgenössischen Geisteslebens, neue Ausdrucksformen gefunden, um den objektiven Bedürfnissen der heutigen Menschheit entgegenzukommen.

Die Anthroposophie prägte sich in allen seinen Wesenszügen und verlieh ihnen eine ganz besondere Eigen-

schaft, die eine gewisse Verlegenheit ihm gegenüber auslöste und die allein seine warmherzige Rede imstande war, aufzulösen. Es handelte sich um eine Art intensivierter Aufmerksamkeit, die sich in einer außergewöhnlichen Fähigkeit des Zuhörens – wie eine fortwährende meditative Haltung – äußerte. Aus dieser Haltung heraus antwortete er mit Worten, die, stetig sich erneuernd, den wissenschaftlichen Inhalten einen poetisch-philosophischen Ausdruck verliehen.

Giuseppe Leonelli wurde am 20. März 1942 in Aosta als einziges Kind eines leitenden Schusters der Gebirgsjäger des italienischen Heeres und einer Schneiderin geboren. Er verbrachte seine erste Kindheit in einer kriegsbedingt armen, aber sehr arbeitssamen Umgebung. Auf diesem Boden von Arbeit, Ordnung und Frömmigkeit entfaltete sich seine Persönlichkeit. Seine ersten Lebensjahre verliefen ziemlich ruhig in einem Tal, wo der Zweite Weltkrieg weniger tragische Ereignisse als in anderen Gegenden Europas mit sich brachte.

Schon beim Besuch der Grundschule und später der Mittelstufe in Aosta zeigte er ein großes Interesse am Lernen. Die Lehrer wurden sehr bald auf seine außergewöhnlichen Begabungen aufmerksam und empfahlen den Eltern, seine Schullaufbahn zu fördern. Während der Vater ihn gerne als seinen Nachfolger gesehen hätte, ermutigte ihn die Mutter, weiter zu lernen. Er besuchte dann das klassische Gymnasium in Aosta, wo er sich durch Fähigkeiten auf verschiedenen Lerngebieten – besonders durch seine Liebe zur altgriechischen Sprache – der er sich auch später widmete – auszeichnete. Er erreichte ein tiefes Verständnis und eine große Vertrautheit in ihrer Anwendung.

Nach dem Abitur schrieb er sich in der medizinischen Fakultät in Mailand ein. In dieser Stadt lernte er seine zukünftige Frau Alessandra kennen, mit der er eine Familie mit vier Kindern gründen wird. Nach Abschluss des Medizinstudiums eröffneten sich ihm