

Berichte aus der Medizin

Wolf-Eberhard Mehling

Atemtherapie

Der gegenwärtige Stand der Atemtherapie
in Deutschland, ihre Stellung zur Medizin
und ihre Anwendung bei Rückenschmerzen

D 188 (Diss. Freie Universität Berlin)

Shaker Verlag
Aachen 1999

Die Deutsche Bibliothek - CIP-Einheitsaufnahme

Mehling, Wolf-Eberhard:

Atemtherapie : Der gegenwärtige Stand der Atemtherapie in Deutschland, ihre Stellung zur Medizin und ihre Anwendung bei Rückenschmerzen /

Wolf-Eberhard Mehling. - Als Ms. gedr. - Aachen : Shaker, 1999

(Berichte aus der Medizin)

Zugl.: Berlin, Freie Univ., Diss., 1999

ISBN 3-8265-6737-4

Copyright Shaker Verlag 1999

Alle Rechte, auch das des auszugsweisen Nachdruckes, der auszugsweisen oder vollständigen Wiedergabe, der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen und der Übersetzung, vorbehalten.

Als Manuskript gedruckt. Printed in Germany.

ISBN 3-8265-6737-4

ISSN 0945-0890

Shaker Verlag GmbH • Postfach 1290 • 52013 Aachen

Telefon: 02407 / 95 96 - 0 • Telefax: 02407 / 95 96 - 9

Internet: www.shaker.de • eMail: info@shaker.de

ATEMTHERAPIE ist eine zu Beginn des 20. Jahrhunderts entstandene Therapieform, die im deutschsprachigen Raum, seit einigen Jahren auch in den USA angesiedelt ist. Ob als Naturheilverfahren oder als körperorientierte Psychotherapie eingeordnet, die Atemtherapie scheint in keine Kategorie so recht hineinzupassen.

In der vorliegenden Studie wurden sämtliche Mitglieder des ursprünglich von Ärzten gegründeten atemtherapeutischen Berufsverbandes befragt und eine umfassende Bestandsaufnahme der aktuellen Situation erstellt. Erhoben wurden demografisch-soziologische Daten, Daten zur Arbeitsweise, zu konzeptionellen Vorstellungen, zu den geschätzten Erfolgen bei definierten medizinischen Diagnosen, zu Indikationen, Kontraindikationen und Nebenwirkungen. Sie wurden nach den Methoden der deskriptiven Statistik und nicht-parametrischer Testverfahren ausgewertet.

Es stellte sich dabei heraus, daß die Atemtherapie möglicherweise bei unspezifischen Rückenschmerzen besonders erfolgreich ist. Am Beispiel dieser "epidemisches Ausmaß" (Raspe, Deutsches Ärzteblatt) annehmenden Beschwerden zeigt sich die Atemtherapie als eine Methode der Therapie und der Gesundheitsvorsorge, die die konventionelle Kluft zwischen somatischer Organmedizin und kognitiv verarbeitender Psychotherapie zu überbrücken vermag.

Über die Schulung der körperlichen Selbstwahrnehmung (Proprio-/ Interozeption) bewirkt die Atemtherapie eine einheitliche Erfahrung von Leib und Seele, die ihrerseits selbst therapeutisch wirksam zu sein scheint. Ein "Kochrezept" für diese besondere Erfahrung wird mitgeliefert.

Mit einem vertieften Verständnis der Proprio- bzw. Interozeption läßt sich die Wirksamkeit der Atemtherapie theoretisch begründen. Interdisziplinäre Forschungsbeiträge aus Epidemiologie, Orthopädie, Schmerzphysiologie, Biologischer Psychologie, Verhaltensmedizin, Psychoanalyse, Theaterwissenschaften, Meditation und Philosophie werden ausführlich diskutiert. Die Atemtherapie stellt sich dar als *eine* Therapieform, wie sie eine **Integrative Medizin** des neuen Milleniums dringend braucht... und durch klinische Studien in ihrer Wirksamkeit nachweisen muß.