

Aus dem SANA-Institut, Brig, Schweiz

## Haltungs-, Lot- und Beweglichkeitsanalyse Jugendlicher im Alter von 7 bis 18 Jahren

Im Rahmen der Studien «Luzern» und «Seeheim» wurden bei Jugendlichen zwischen 7 und 18 Jahren die Fehlstatik im Bereich der unteren Extremitäten (Fussdeformitäten, Fehllachsen im Kniebereich und Beinlängendifferenzen) und der Wirbelsäule (Skoliosen, Rückenformen) einerseits sowie die körperliche Beweglichkeit nach muskelfunktionsdiagnostischen Tests andererseits überprüft und statistisch festgehalten.

Jahr: 1993  
Projektleitung: Jürg Studer, Bruno Tanner  
Technische Leitung: Barbara Elsig, Alfred Elsig jun.

Jahr: 1998  
Projektleitung: Jürgen Berggötz  
Technische Leitung: Liliane Elsig

### Bestandesaufnahme n=61

61 Jugendliche im Alter von 12 bis 18 Jahren  
an der Kantonsschule Luzern

Haltungs- und Lotanalyse	
Pathologische Knick-, Senkfüsse	49
Beckenschiefstand	54

Beweglichkeitsanalyse				
	schlecht	ungenügend	genügend	gut
M. triceps surae	13	3	3	42
M. iliopsoas	-	17	35	9
Mm. ischiocrurales	3	39	16	3

Schmerzanalyse	
Fuss-, Knie- oder Rückenschmerzen	26

### Bestandesaufnahme n=173

173 Jugendliche im Alter von 7 bis 12 Jahren an  
der Tannenbergschule Seeheim, Deutschland

Haltungs- und Lotanalyse	
Pathologische Knick-, Senkfüsse	140
Beckenschiefstand	155

Beweglichkeitsanalyse				
	schlecht	ungenügend	genügend	gut
Mm. ischiocrurales	0	65	101	7
M. iliopsoas	0	71	101	1
M. erector spinae lumbalis	0	48	112	13

Schmerzanalyse	
Fuss-, Knie- oder Rückenschmerzen	40

Die Untersuchung zeigt die frappante Häufigkeit einer Beckenschiefstellung (Studie Luzern 88,52%; Studie Seeheim 89,59%) und belastungserkrankter Füsse (Studie Luzern 80,32%; Studie Seeheim 80,92%); aber auch die Dehnbarkeit der getesteten Muskeln war in 38,21% ungenügend bis schlecht.

23,12% der 7- bis 12-Jährigen klagten über Schmerzen im Fuss-, Knie- oder Rückenbereich; bei den 12- bis 18-Jährigen waren dies bereits 42,62%.

Die Resultate weisen eindeutig darauf hin, dass schon bei Jugendlichen entsprechende Korrekturen in Verbindung mit Dehn- und Kräftigungsgymnastik vorgenommen werden müssen.