

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

### Bestandesaufnahme n=173

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

#### Haltungs- und Lotanalyse

Pathologische Knick-, Senkfüsse	49
Beckenschiefstand	54

#### Haltungs- und Lotanalyse

Pathologische Knick-, Senkfüsse	140
Beckenschiefstand	155

#### Beweglichkeitsanalyse

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

#### 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	26
-----------------------------------	----

#### 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.