

Berührt sein – Ein Fallbericht zur Rolle von WATSU (WasserShiatsu) in der Rehabilitation nach Polytrauma.

Agnes M. Schitter¹, Johannes Fleckenstein^{1,2}

Hintergrund

Die herausragende Bedeutung von Körperkontakt für den Menschen ist bekannt und nachgewiesen [1], Massnahmen aus der Komplementärtherapie berücksichtigen diesen individuellen Bedarf an körperlicher Nähe. In besonderer Weise nimmt sich WATSU achtsamer Berührung an: Während der Behandlung ruht die PatientIn eine Stunde lang auf Händen, Armen oder Schultern ihrer TherapeutIn und wird in grossräumigen, langsamen Kreisbewegungen in 35°C warmem Wasser bewegt, gedehnt und massiert [2].

Im Fallbeispiel wird WATSU als Therapiebaustein in der Rehabilitation dargestellt. Die beschriebene Patientin hatte bei einem Motorradunfall schwerste Verletzungen erfahren (Rippenserienfrakturen, Einblutung in den Lungenflügel, Beckenringfraktur, Trümmerfraktur des Oberschenkelknochens) und litt in der Folge unter Schmerzen und Bewegungseinschränkungen, aber auch verminderter psychischer Belastbarkeit (Schreckhaftigkeit, Alpträume).

Methoden

Die Patientin ergänzte ihre ambulante Rehabilitation selbständig um sechs WATSU-Sitzungen (1x pro Woche, beginnend 7 Wochen nach dem Unfall). Sie führte während dieser Zeit ein Tagebuch über ihre Therapieerfahrung, welches sie später zur wissenschaftlichen Auswertung zur Verfügung stellte. Diese erfolgte nach dem Triangulationsmodell nach Mayring [3].



Fig. 1: WATSU: Massage in 35° C warmem Wasser.

Foto: C. Rothenbühler

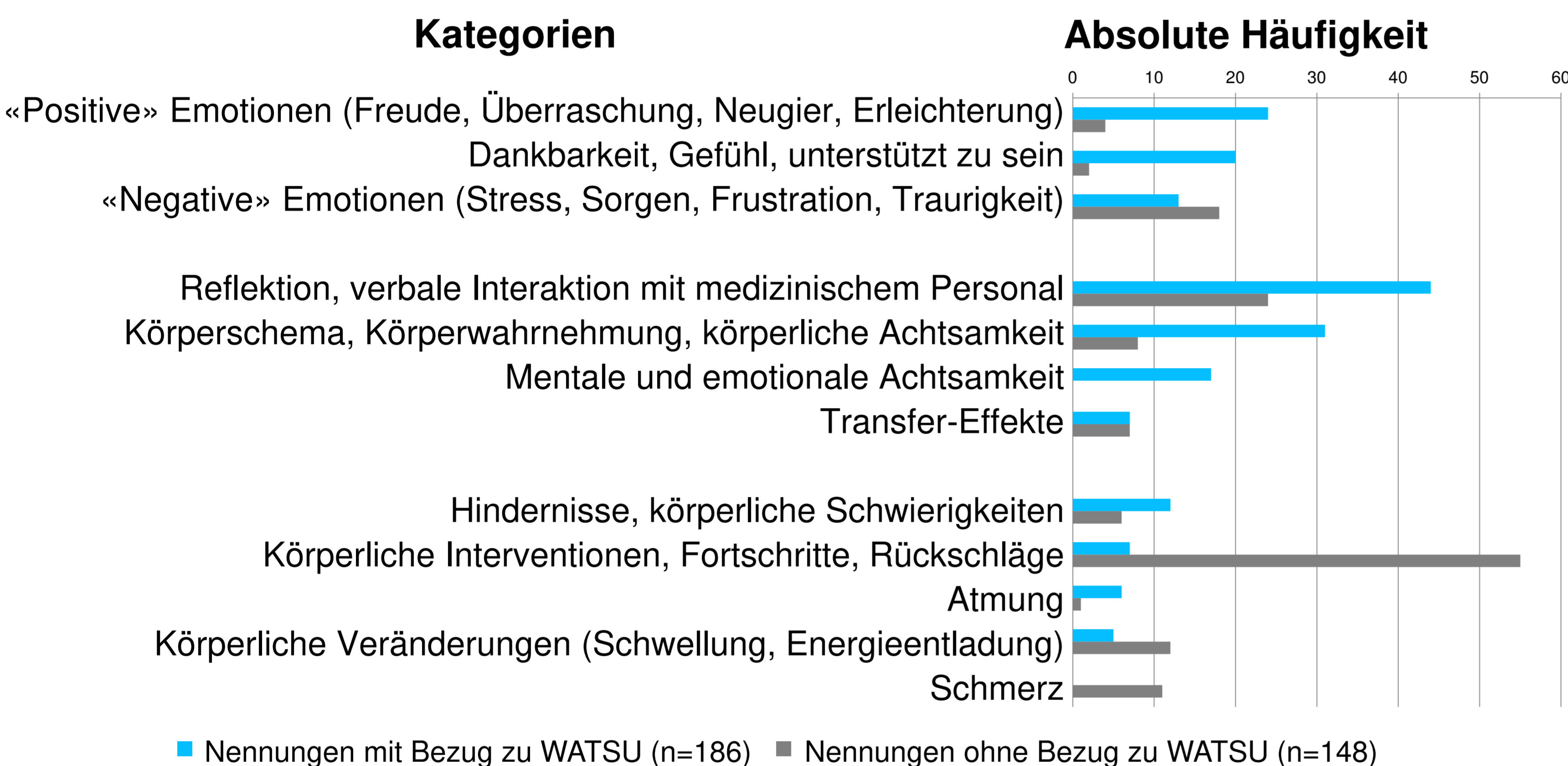


Fig. 2: Tagebuchaufzeichnungen geordnet in die Kategorien emotional, mental und körperlich.

Resultate

Die Tagebucheinträge der Patientin umfassten emotionale, mentale und körperliche Inhalte. Bemerkungen ohne Bezug zu WATSU reflektierten in erster Linie Erfahrungen im Zusammenhang mit therapeutischen und medizinischen Interventionen, zu einem geringen Anteil aber auch körperliche Aktivitäten in der Freizeit.

Beschrieben wurde, dass WATSU zu erhöhter Selbstakzeptanz und zur Korrektur des Körperschemas beigetragen habe. Veränderungen der Wahrnehmung waren häufig mit starken Emotionen verbunden: «Ich spürte Bewegungen, die in den letzten drei Monaten überhaupt nicht mehr möglich waren. Es waren «fremde Bewegungen», [...] über deren Intensität ich erstaunt war.»

«[Während WATSU] habe ich schmerzlich festgestellt, dass ich nur in meinem Unfallbein existiere, alles dreht sich nur um das. [...] Aber ich habe auch noch einen rechten Arm, einen Kopf, mein linkes Superbein leistet extrem viel! ... Irgendwann liefen die Tränen, erst lautlos, dann hemmungslos.»

Beschriebene körperliche Reaktionen wie langanhaltendes Zittern des ganzen Körpers (beginnend beim betroffenen Bein) können als Stressabbau des autonomen Nervensystems gedeutet werden [4].

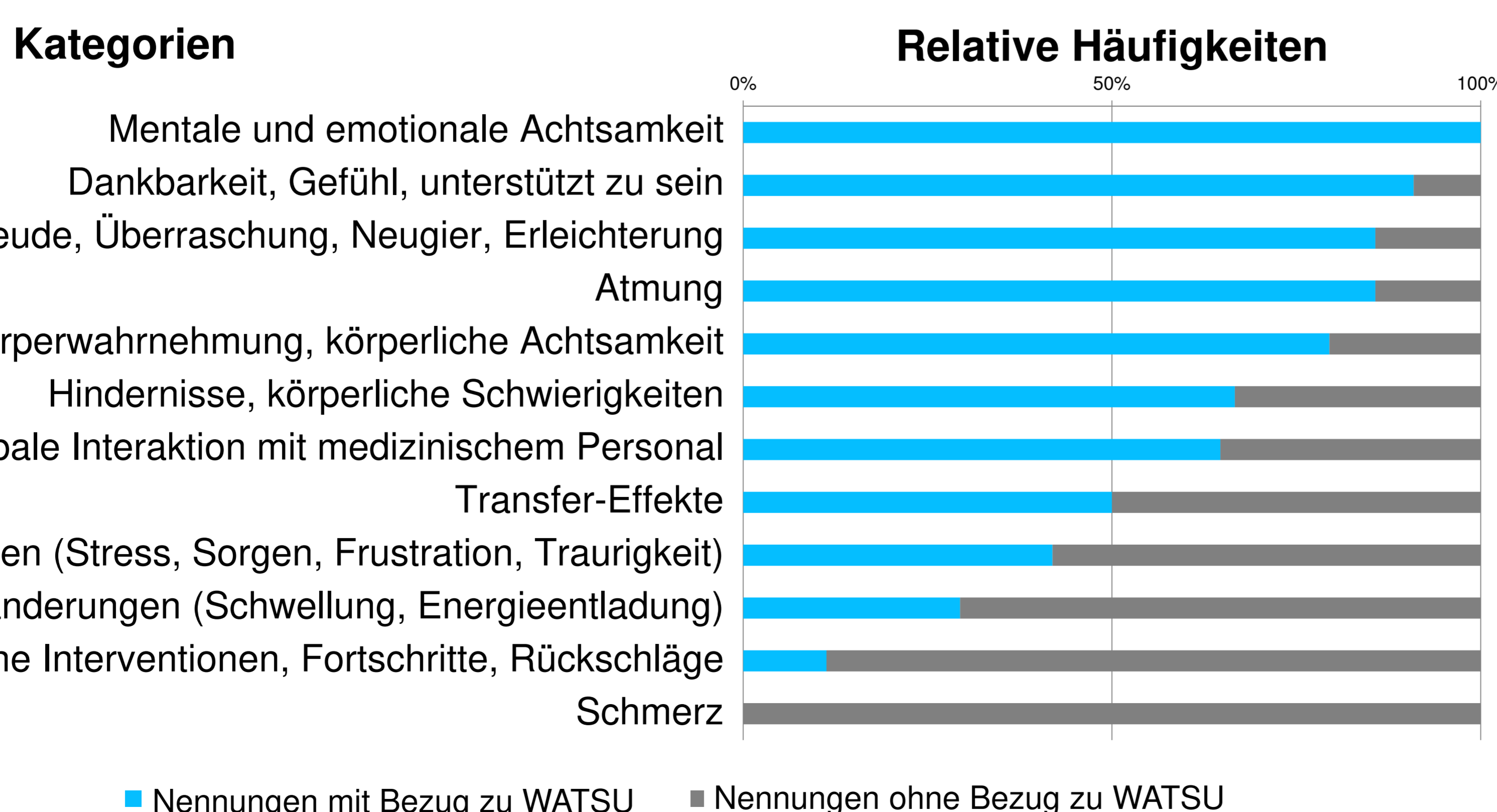


Fig. 3: Worin lag der Gewinn von WATSU? Gewichtung der Themen im Vergleich.

Schlussfolgerung

WATSU wurde von dieser Patientin als in ihrer komplexen rehabilitativen Situation sehr hilfreich dargestellt, insbesondere die Orientierung

- weg von Problemen und Missempfindungen
- hin zu positiven Gefühlen und erfreulichen Körperwahrnehmungen.

Wünschenswert wäre die weitere wissenschaftliche Überprüfung von WATSU hinsichtlich differenzierter Indikationen und klinischer Effekte.

¹ Universität Bern, Institut für Komplementärmedizin IKOM, Schweiz
² Goethe-Universität Frankfurt, Institut für Sportmedizin, Deutschland

Complementary Passive Hydrotherapy WATSU (WaterShiatsu) in the Rehabilitation of a Severely Traumatized Accident Survivor

A Prospective Case Report

Agnes M. Schitter¹, Johannes Fleckenstein^{1,2}

WATSU (WATERShiaTSU)

Absence of familiar visual, tactile and acoustic stimuli, instead:

- buoyancy
- slow passive stretches and massage
- warm water

Background

After discharge from stationary care, a survivor of a motorcycle-accident independently added weekly WATSU-sessions to her rehabilitative regimen. She suffered signs of post traumatic stress as well as pain and physical limitations from several fractures on the right side of her body (including ribs, pelvis, and femur).

The implementation of complementary and alternative therapies into conventional treatment schemes is gaining popularity. This case report seeks to illustrate how WATSU – a passive complementary therapy in warm water that aims at relaxation, pain relief, and a sense of security – was perceived to contribute to this woman's rehabilitation.



Fig. 1: WATSU: Japanese Shiatsu-massage in 35° C warm water.

Photo: C. Bettenmann

Methods

Following an initial assessment patient and therapist agreed to schedule 8 WATSU-sessions over the course of two months (first session: 7 weeks after the accident) and to collect data for this case report. On this account the patient kept a diary. Also the therapist's notes (including Patient Specific Functional Scale (PSFS)) were analyzed.

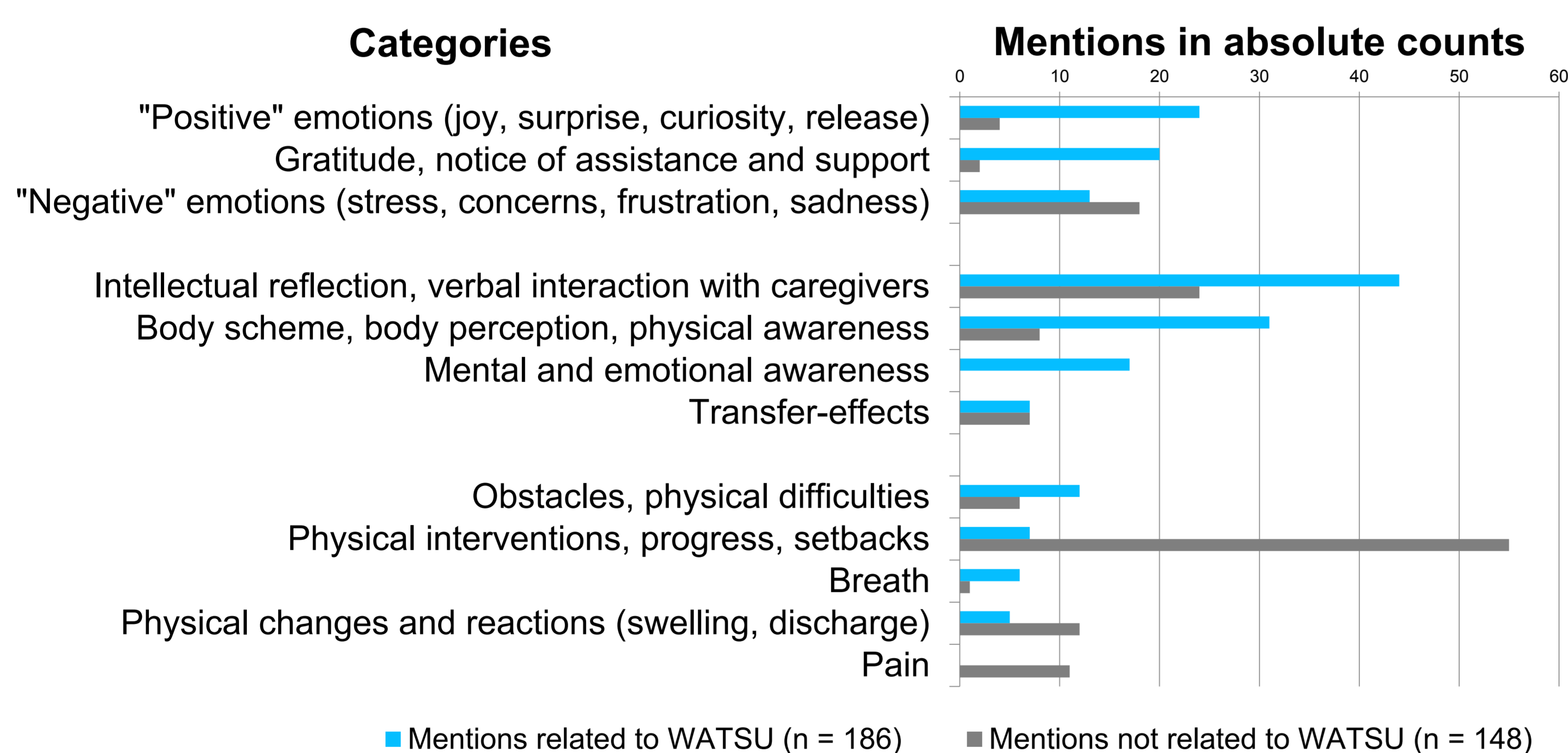


Fig. 2: What is recovery about? The patient's notes on her emotional, mental and physical experiences

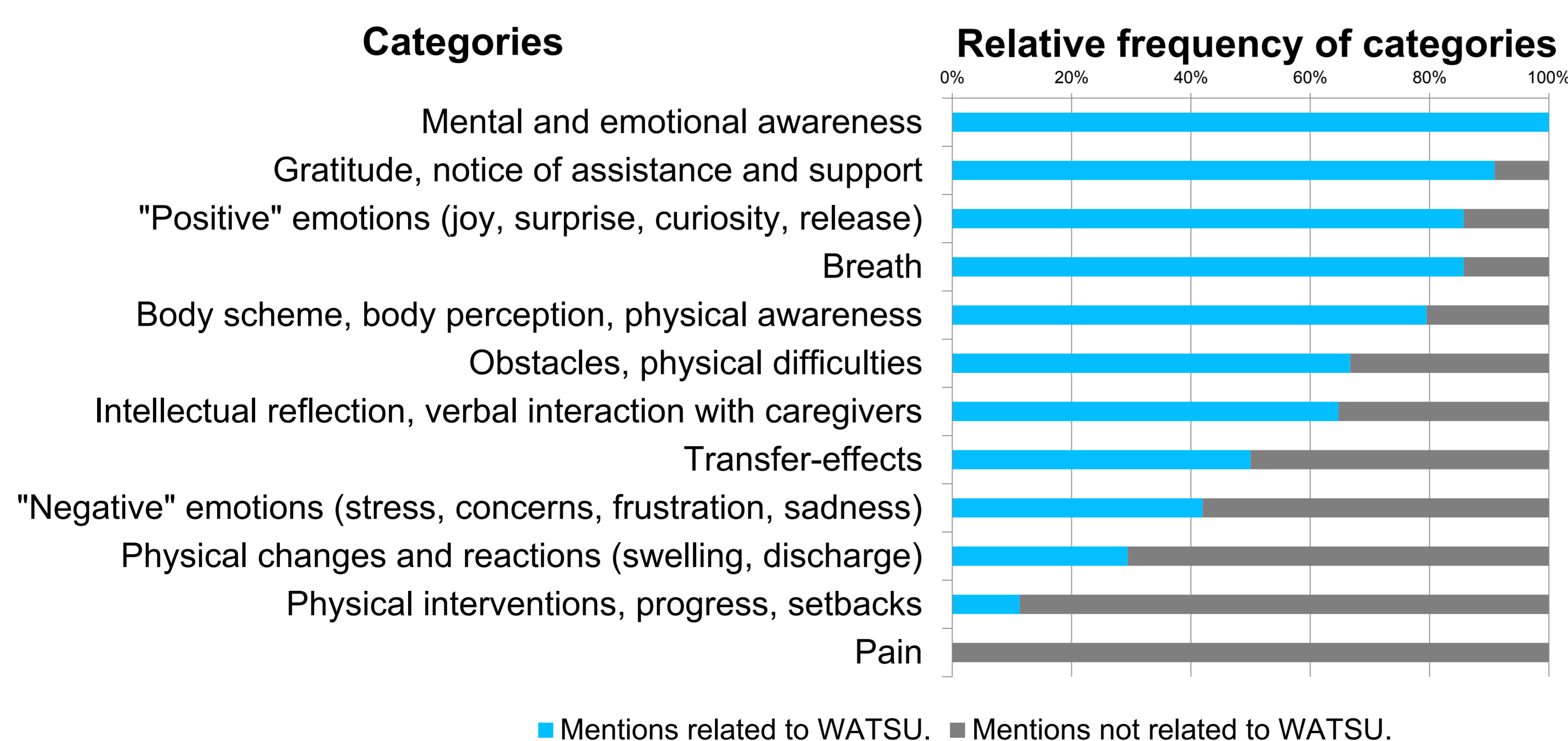


Fig. 3: What did WATSU add? Differences in the focus of the patient's feedback

Results

The patient associated WATSU with

- trunk mobilization (followed by ameliorated breath),
- emotional release
- reconciliation with her body
- lasting effects on her body-image.

The therapist employed WATSU

- for careful, rather pain-free mobilization
- to equalize awareness throughout the body.

The PSFS displayed continuous improvements in all categories except usage of public transportation.

Due to complications (elevated inflammation markers) only 6 of 8 scheduled sessions were administered.

Conclusions

WATSU was experienced helpful in approaching aspects of a complex condition that are difficult to address by conventional physiotherapy alone.

In early rehabilitation of physical trauma, additional medical / physiotherapeutic skills of a contributing complementary therapist are advocated.

