



Die Rolfing-Methode

In der zweiten Hälfte des vergangenen Jahrhunderts gab es eine Reihe neuer Ansätze der manuellen Therapie, unter anderem Osteopathie, Feldenkrais Methode und Alexander-Technik. In diesem Zusammenhang ist auch die Methode der „Strukturellen Integration nach Ida Rolf“, eher bekannt als "Rolfing", zu sehen. Die amerikanische Biochemikerin Dr. Ida Rolf entwickelte eine Methode, die durch die dauerhafte Verbesserung von Körperstruktur und -form, einen Zuwachs an Vitalität und ihr transformatorisches Potenzial beeindruckt.

? *Was halten Sie als Orthopäde von der Rolfing-Methode?*

Klingelhöffer: Zunächst einmal haben der Orthopäde als Facharzt für den Bewegungsapparat und der Rolfer als Therapeut, der den Bewegungsapparat balanciert, eine gemeinsame Basis: die Betrachtung des Menschen in seiner Gesamtstruktur. In der Untersuchung - die Rolfer nennen es „Body Reading“ - wird sowohl die Statik als auch die Funktion analysiert. Dabei werden Aspekte aus der Osteopathie, der viszeralen Osteopathie oder der Kraniosakraltherapie, also energetische Phänomene, handwerklich umgesetzt, denn der Rolfer setzt an anatomischen Strukturen an.

Rolfing unterscheidet sich von vielen anderen alternativen Ansätzen zum einen durch die profunde Ausbildung in Anatomie, Physiologie und auch Entwicklungsgeschichte, zum anderen dadurch, dass Rolfing ein Handwerk ist; es zeichnet sich durch eine hohe Präzision der Berührung aus. Der Rolfer sieht quasi mit den Fingerspitzen. Die Berührung ist so sensibel wie die eines Uhrmachers, gleichzeitig aber so kraftvoll wie die eines Schlossers - darin liegt die Kunst der Methode. Sie überzeugt durch effiziente Interventionen und dauerhafte Erfolge.

? *Wie funktioniert Rolfing?*

Klingelhöffer: Das wesentliche Prinzip von Rolfing ist die Lösung von Verklebungen der scherengitterartigen Struktur des Bindegewebes, das als Netzwerk alle Bestandteile des Körpers miteinander verbindet. So können Verklebungen von interstitiellem Gewebe Beschwerden an ganz anderer Stelle auslösen.

Rolfing setzt daher nicht notwendigerweise am Ort der Störung an. Die meisten alternativen Methoden haben ja als Ziel die Balancierung des Körpers- und auch des Geistes. Schulmediziner sehen hier oft die Gefahr der Esoterik. Rolfing gehört mit Sicherheit nicht in diese Kategorie- dafür ist diese Methode viel zu orthopädisch.

? *Welche Patienten kommen für eine Rolfing Behandlung in Betracht?*

Klingelhöffer: In der Orthopädie sind es vor allem Patienten mit strukturellen Veränderungen, ob sie nun durch Traumen (z. B. HWS-Schleudertrauma) oder durch erworbene Störungen (z.B. lumbosakraler Übergang) bedingt sind. Aus eigener Erfahrung kann ich bestätigen, dass erstaunliche Erfolge erzielt werden.

? *Gibt es Kontraindikationen?*

Klingelhöffer: Ich sehe eine Kontraindikation bei knöcherner Ursache eines Bewegungsdefizits. Offiziell gelten Osteoporose, entzündliches Rheuma, degenerative Muskelerkrankungen, maligne Erkrankungen, frische Traumata und schwere akute Erkrankungen als Kontraindikationen.

Das Interview führte Dr. Wiebke Seydel.