



## Therapeutische Sprachgestaltung bei chronischer Polyarthrits \_\_\_\_

Vertiefte Atmung, rhythmische Bewegung und Durchwärmung ist für Menschen mit rheumatischen Erkrankungen Leitprinzip in der therapeutischen Sprachgestaltung.

Lautgestaltende Sprechübungen, atemunterstützende Armbewegungen, rhythmisches Schreiten und dynamische Sprechübungen bringen die Bewegungsfähigkeit und den Ausdruck des Seelischen über die Gebärde in Fluss. Ausatemungsbetontes dynamisches Sprechen erzeugt leibliche Wärme und stärkt die Präsenz des Ich im Seelischen.

In einer Studie zeigten 251 Patienten zwischen 16 und 70 Jahren mit Rheuma und Rheuma-ähnlichen Erkrankungen körperliche und psychische Besserungen sowie eine hohe Patientenzufriedenheit nach 12 Monaten unter alleiniger Anwendung von anthroposophisch-integrativen Therapien, wobei Belastungen und Kosten konventioneller Therapien wie Kortison und andere schmerz- und entzündungshemmende Arzneimittel (nicht-steroidale Antirheumatika) weitgehend eingespart werden konnten.

Text: Hildegard Pütz, Bild: Daria Sevstova auf pexels

Hamre HJ et al. (2018) A 4-year non-randomized comparative phase-IV study of early rheumatoid arthritis: integrative anthroposophic medicine for patients with preference against DMARDs vs. conventional therapy including DMARDs for patients without preference. Patient Preference and Adherence 2018; 12: 375-97:

<https://doi.org/10.2147/PPA.S145221>