

Sophia Schneider

Wien, AT

Adoleszente idiopathische Skoliose im klassischen Tanz

Die Wirbelsäule ermöglicht dem Körper, die verschiedenen komplexen und dynamischen Bewegungen im klassischen Tanz auszuführen. Sie bietet Tanzenden nicht nur die nötige Stabilität, sondern auch die notwendige Flexibilität des Oberkörpers, um spezifische Schrittformen zu realisieren.

Eine adoleszente idiopathische Skoliose, ein häufig auftretendes Krankheitsbild bei jungen Tänzern, hindert die Wirbelsäule daran, die bestmögliche Unterstützung für alle Bewegungsabläufe zu bieten. Zudem schränkt die Verkrümmung der Wirbelsäule die freie Beweglichkeit stark ein. Für skoliotische Tanzende stellt klassisches Ballett daher eine zunehmend größere Herausforderung dar.

Vor allem in der kritischen Phase des Wachstums ist die sportbezogene muskuloskeletale Anforderung an die Wirbelsäule ein Risikofaktor, der Deformationen begünstigt. Die

entstandene Verkrümmung schränkt Bewegungsabläufe so stark ein, dass die Rückenmuskulatur stärker beansprucht wird, um das Ungleichgewicht zu kompensieren. Ferner verhindert eine Skoliose die für bestimmte Bewegungen im Ballett notwendige maximale Rotation des Oberkörpers. Die Verdrehung der Wirbelsäule führt zu Gleichgewichtsproblemen. Tanzende können die Achse des Körpers nicht mehr ausreichend gut halten, was Balance- und Pirouette-Übungen erschwert. Auch Sprünge, wie beispielsweise das Grande-jeté, belasten die Gelenke skoliotischer Tänzer deutlich stärker, da die verkrümmte Wirbelsäule vor allem bei der Landung nicht die erforderliche Stabilität bietet. Das durch die Erkrankung veränderte Körpergefühl der Tänzer*in beeinträchtigt auch das feinkoordinative Zusammenspiel aller Muskeln, die für die Oberkörperbewegung zuständig sind.

Dies kann auch die tänzerische Ästhetik beeinträchtigen.

Zu den wichtigsten Risikofaktoren der adoleszenten idiopathischen Skoliose zählt der anhaltende Hypoöstrogenismus bei jungen Tänzerinnen. Der niedrige Östrogenspiegel, der zu einer verspäteten Pubertät führt, beeinflusst die Reifung der Knochenzentren in der Wirbelsäule und stellt eine Prädisposition für die Entwicklung der adoleszenten idiopathischen Skoliose dar.

Da junge Tänzer häufig an adoleszenter idiopathischer Skoliose erkranken, spielt die frühzeitige Erkennung eine wichtige Rolle. Routinemäßiges Skoliose-Screening im klassischen Tanz könnte eine Möglichkeit sein, erste Anzeichen zu erkennen und die rechtzeitige Behandlung einzuleiten. Auch Tanzpädagog*innen sollten für dieses Thema sensibilisiert werden, damit Tanzende mit dieser Krankheit entsprechend unterstützt und angepasste Übungen entwickelt werden. Ein individuelles Training, das die besonders geforderten Bereiche der Rückenmuskulatur stärkt, könnte - je nach Ausprägung der Skoliose - die

zunehmenden Einschränkungen beim Tanzen minimieren.

KURZBIOGRAFIE:

Sophia Schneider begann mit 3 Jahren spielerisch zu tanzen. 2007 wurde sie im Alter von 7 Jahren Jungstudentin an der Hochschule für Musik und Theater in München. Im Rahmen der routinemäßigen medizinischen Überprüfungen diagnostizierte man mit 12 Jahren eine starke Skoliose, was das Interesse an medizinischen Aspekten im Tanz weckte. 2015 begann Sophia an der Musik und Kunst Privatuniversität in Wien das Studium zeitgenössischer und klassischer Tanz, welches sie im Juli 2019 abschloss.

KONTAKT:

Frau B.A. Sophia Schneider
Tänzerin und Studentin
Musik und Kunst Privatuniversität
der Stadt Wien
1010 Wien, AT
sophia.schneider@gmail.com