



Wissenschaft:
Barbara Schmetits
(Foto), Dipl. Osteopathin
und Physiotherapeutin,
Eric Géry, Dipl. Osteopath
und Physiotherapeut,
OA Dr. Mustafa Selim,
Facharzt für Neurologie,
Osteopath und Schmerz-
TherapieZentrum Döbling

Rückenschmerz – zwischen Hightechmedizin und Naturheilkunde

Patienten mit Rückenschmerzen profitieren von einer Kombination von moderner Medizin und komplementärmedizinischen Verfahren

Die wichtigsten Ursachen für Rückenschmerzen mit und ohne Ausstrahlung

1. Bandscheibenvorfall.
2. Arthrose der Wirbelgelenke.
3. Narbenbildung mit Zug auf den Nerv (häufige Komplikation nach einer Bandscheibenoperation).
4. Segmentinstabilität nach einer Bandscheibenoperation. Sie führt zu einer Arthrose der Intervertebralgelenke mit Hypertrophie sowohl der Gelenkfacetten und der Kapsel als auch des Ligamentum flavum. Daraus resultiert eine Stenose des Spinalkanals und des Nervenlochs. Es kommt auch gelegentlich zu Zystenbildungen im Bereich der Gelenkkapsel mit Kompression einer oder mehrerer Nervenwurzeln. Die Diagnose kann seit Einführung von CT und MRT gestellt werden.
5. Wirbelgleiten.
6. Unfälle
(Autounfälle, Motorradunfälle sowie Sportunfälle).
7. Sturz auf das Gesäß.
8. Schlag in die Wirbelsäule.
9. So genannte Verhebetraumata.
10. Tragen schwerer Lasten.
11. Osteoporose.
12. Entzündungen.
13. Tumor.
14. Multiple Sklerose.
15. Nervenentzündungen bei verschiedenen Erkrankungen wie z.B. Diabetes mellitus.
16. Rheumatische und Knochenerkrankungen.
17. Der Faktor Psyche: Stress, Angst und Depressionen können sich in Rückenschmerzen manifestieren.
18. Schwangerschaft.
19. Störungen und Erkrankungen der inneren Organe können zu Schmerzen im Rücken führen.
 - Beispielsweise verursachen die Organe, die sich im Brustkorb befinden, sehr häufig Schmerzen in der Brustwirbelsäule.
 - Organe im Bauchraum können zu Schmerzen in der Lendenwirbelsäule führen.
 - Die Beckenorgane verursachen sehr oft Schmerzen im Kreuzbein und Blockaden der Iliosakralgelenke.

Die wichtigsten Fakten zum Rückenschmerz

1. 90% aller Rückenschmerzen haben in der Schmerztherapie keine klare Diagnose.
2. 35% der jüngeren Bevölkerung haben Rücken- bzw. Bandscheibenbeschwerden.
3. 80–90% der Patienten mit chronischen Rückenschmerzen entwickeln eine reaktive Depression.
4. 80% aller Menschen sind nicht symmetrisch und weisen osteopathisch gesehen Beckenschiefstand und Beinlängendifferenz auf. Deshalb ist ein höheres Risiko durch Fehlbelastung und Fehlhaltung für ein Bandscheibenleiden gegeben.
5. Ein banaler Sturz, z.B. beim Skifahren, kann wie jeder banale Autounfall große Auswirkungen auf die Wirbelsäule und den gesamten Organismus haben und früher oder später zu Folgeschäden führen.
6. Schwache Rückenmuskulatur ist ein wesentlicher Risikofaktor für chronische Rückenschmerzen.
7. Nicht jede auf Röntgen- oder MRI-Bildern sichtbare Pathologie ist für die geklagten Beschwerden verantwortlich, sie kann sogar in manchen Fällen von der richtigen Diagnose ablenken. Nicht jeder röntgenologisch nachgewiesene Bandscheibenvorfall muss operiert werden.
8. In Österreich werden jährlich um die 6.000 Bandscheibenoperationen durchgeführt.
9. Nach einer Bandscheibenoperation hat ein Drittel der Patienten keine Schmerzen, ein weiteres Drittel genauso viele Schmerzen wie vorher und bei einem weiteren Drittel werden die Schmerzen sogar noch schlimmer als vor der OP.



Moderne Medizin und Naturheilkunde gemeinsam nutzen

Beide Welten – die der modernen Medizin und die der Naturheilkunde – lassen sich wunderbar im Dienst der Menschlichkeit miteinander

verbinden. Eine herausragende diagnostische und therapeutische Möglichkeit für Patienten mit Rückenschmerzen und Bandscheibenvorfällen ist die Osteopathie (siehe Kasten).

Dr. Claudia Uhler

Jeder achte Patient klagt beim Hausarzt über Kreuzschmerzen oder Wirbelsäulenprobleme. Nahezu 30% aller Krankschreibungen in Österreich sind auf Verschleißerscheinungen der Wirbelsäule zurückzuführen. Damit führt der Rückenschmerz die „Hitliste“ aller krankheitsbedingten Arbeitsausfälle an.

Nach Analysen der Krankenkassen ist der Grund für jede dritte Krankschreibung und jeden zweiten Antrag auf vorzeitigen Ruhestand eine Wirbelsäulenerkrankung.

Den Dogmatismus überwinden

In der heutigen medizinischen Versorgung erhalten viele Patienten eine Vielzahl von Therapien, für deren Effektivität es keinen Nachweis gibt und die daher fraglich sind.

Um diese dramatische Situation effektiv und längerfristig zu ändern, müssen wir

an einem festgefahrenen Dogma der Medizin rütteln – dem der angeblich nicht zu vereinbarenden Welten der Schulmedizin und der Naturheilkunde:

Die eine, die sich immer stärker auf die Naturwissenschaften stützt, verweist auf Daten und Fakten wie Doppelblindstudien, Labordiagnostik, Röntgendiagnostik und Messwerte, die für sich in Anspruch nehmen, ein objektives Bild vom Organismus zu geben.

Die andere, die Welt der so genannten Alternativmedizin mit fast philosophisch anmutender Anschauung des menschlichen Organismus, zerfällt in hunderte von Schulen, die alle für sich in Anspruch nehmen, „ganzheitlich“ zu sein. Sie gibt vor, sanft und behutsam mit dem Organismus umzugehen, und lehnt Technik, Diagnostik und Therapie meist als hart und unmenschlich ab.

Das bringt die Osteopathie bei Rückenschmerzen

Prävention

- Nach jedem Unfall soll die Wirbelsäule osteopathisch untersucht und wieder ins Lot gebracht werden!
- Nach jeder Bandscheibenoperation kann die Osteopathie helfen, einen Rezidivvorfall zu vermeiden.
- Vor dem ersten Fitnessstudiobesuch sollte die Wirbelsäule auf Fehlstellungen und Blockaden osteopathisch untersucht und behandelt werden.

Diagnose

- Der Osteopath kann manuell die Ursachen von Blockaden und Störungen innerer Organe, die zu Rückenschmerzen führen, aufspüren.

Therapie

- Störungen und Erkrankungen der inneren Organe können zu Schmerzen im Rücken führen. Z.B. verursachen Organe, die sich im Brustkorb befinden, sehr häufig Schmerzen in der Brustwirbelsäule, Organe im Bauchraum können zu Schmerzen in der Lendenwirbelsäule führen und Beckenorgane verursachen sehr oft Schmerzen im Kreuzbein und Blockaden der Iliosakralgelenke. Die Osteopathie kann dazu beitragen, solche Störungen zu beheben.
- Vor jeder Bandscheibenoperation soll ein Therapieversuch beim Osteopathen stattfinden (es zahlt sich aus!).
- Osteopathie kann bei Kreuzschmerzen, während und nach einer Schwangerschaft ohne Pillen und Injektionen helfen.