

Ein starker Rücken kennt kaum Schmerzen

Chefarzt Dr. Arno Hummel sprach über Wirbelsäulen-Probleme und Behandlungsmethoden

Wörth. (bg) „Rückenschmerzen haben sich zu einer Volkskrankheit entwickelt, schlimmer als Diabetes. Am wichtigsten ist es, die richtige Diagnose zu stellen, um gezielt die geeignete Behandlungsmethode zu finden. Das Kreiskrankenhaus Wörth hat sich in Zusammenarbeit mit Dr. med. Fortun Kretzer aus Neutraubling zu einer guten Mannschaft formiert“, betonte Chefarzt Dr. med. Arno Hummel, Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie, am Mittwoch bei einem Vortragsabend im Rahmen des Gesundheitsforums im Kreiskrankenhaus Wörth.

„Wir wollen uns heute mit der Lendenwirbelsäule beschäftigen. Sie ist der Schwerpunkt bei Rückenproblemen. Gründe hierfür können die Überlastung der Muskulatur, Verschleißerscheinungen der Wirbelgelenke, Alterserscheinungen wie Osteoporose sowie Entzündungen sein. Die Lendenwirbel sind jedoch besonders belastet, weil sie das ganze Körpergewicht tragen müssen“, führte Hummel vor knapp 70 Zuhörern weiter aus.

Schmerzen der Muskulatur

Freie Wirbelkörper, Quer- und Dornfortsätze, Wirbelgelenke, Bandscheiben und Bänder bilden zusammen mit den Muskeln eine funktionale Einheit. Die Muskeln sorgen für die Stabilisierung und die Bewegung der Wirbelsäule. Sie halten Balance. Lange bestehende Fehlhaltungen entwickeln sich zu Fehlstellungen. Ermüdung und Erschöpfung der Muskulatur führen zu Verspannungen und Verhärtungen. Als Behandlungsmaßnahmen empfahl Hummel: „Haltungsverbesserung! Gehen Sie bewusst aufrecht! Stellen Sie sich vor, Sie hätten einen Eimer auf dem Kopf! Regelmäßiges Dehnen und Stärkung der Muskeln sowie Wärmeanwendungen können für Linderung der Schmerzen sorgen. Therapie begleitend könnten Medikamente verabreicht werden.“

„Schwache Muskeln können den Rumpf nicht mehr halten und beu-



Chefarzt Dr. med. Arno Hummel, Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie, bei seinem Vortrag. – Eine Besucherin mit Anschauungsmaterial. (Fotos: Geier)



gen den Oberkörper nach vorne“, so Hummel.

„Wenn die Bandscheibe jung ist, ist sie elastisch, im Alter wird sie spröde. Bei einem klassischen Bandscheibenvorfall drückt der gallertartige Kern auf den Nerv. Unter nimmt man nichts dagegen, so geht der Nerv zu Grunde. Treten bereits motorische Störungen auf, so ist eine Operation zu empfehlen. Die zuverlässigste Operationsmethode ist das offene Verfahren. Hier wird ein etwa fünf Zentimeter großer Schnitt gemacht. Darauf entfernt der Chirurg alles was gerissen ist“, informiert der Chefarzt.

Hauptursache der Schmerzen

„Kleine Facettengelenke, die sich wie Dachziegel bewegen sind die

Hauptursache unserer Rückenschmerzen. Sie dienen zur Stabilisierung und Bewegung unserer Wirbelsäule. Funktionsstörungen wie Blockaden, aber auch Wirbelerkrankungen, hier allen voran die Osteoporose sind ursächliche Auslöser. Acht Millionen Deutsche leiden unter Osteoporose, vor allem ältere Frauen. Sie führt zu Knochenerweichung, Stabilitätsverlust, Deformierung der Wirbelsäule bis hin zum Wirbelkörperbruch. Die Betroffenen haben Schmerzen bis an ihr Lebensende. Operativ zu empfehlen ist zum einen die Kyphoplastie, bei der der Wirbelkörper mit 30 AT aufgeblasen wird und so wieder aufgerichtet werden kann. Zum anderen ist die Schlüsseloch-Chirurgie zu empfehlen. Hier wird ein nur ein Zentimeter großer Schnitt gemacht

und mit Hilfe eines Röntgengerätes operiert. Diese Methode ist wenig belastend und der Patient ist meist auf Dauer schmerzfrei“, erläutert der Mediziner.

Alle chronischen Rückenschmerzen haben verschleißbedingte Ursachen. Sie sind schwer zu behandeln und der Kranke benötigt viel Geduld. Für alle gilt: Muskulatur durch Sport und Gymnastik stärken. Auf eine aufrechte Haltung achten. Sich bewusst ernähren und somit das Körpergewicht niedrig halten.

Der nächste Termin des Gesundheitsforums findet am 23. September im Kreiskrankenhaus Wörth statt. Chefarzt Privat-Dozent Dr. med. Bernd Semsch, Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie, sowie Chefarzt Dr. med. Christoph Göbl, Facharzt für Innere Medizin und Gastroenterologie, referieren über moderne Diagnostik und Behandlung bei Krebs im Enddarm.