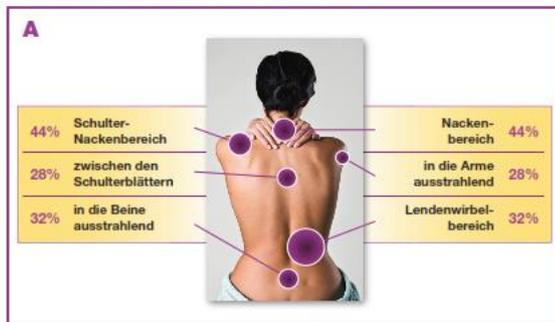
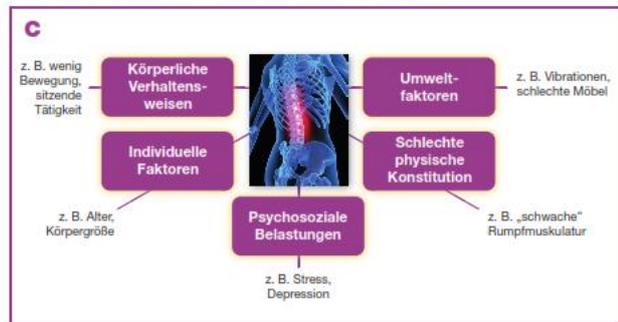


Rückenschmerzen - Überblick

Wo treten Rückenschmerzen auf?



Risikofaktoren für Rückenschmerzen



Ursachen meist unklar



Rückenschmerzen im Zeitverlauf



Bau und Funktion der Wirbelsäule - Bandscheiben, Muskeln, Bänder und Nerven

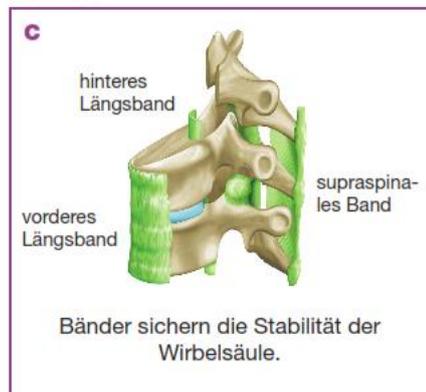
Bandscheiben



Rückenmuskulatur



Bänder



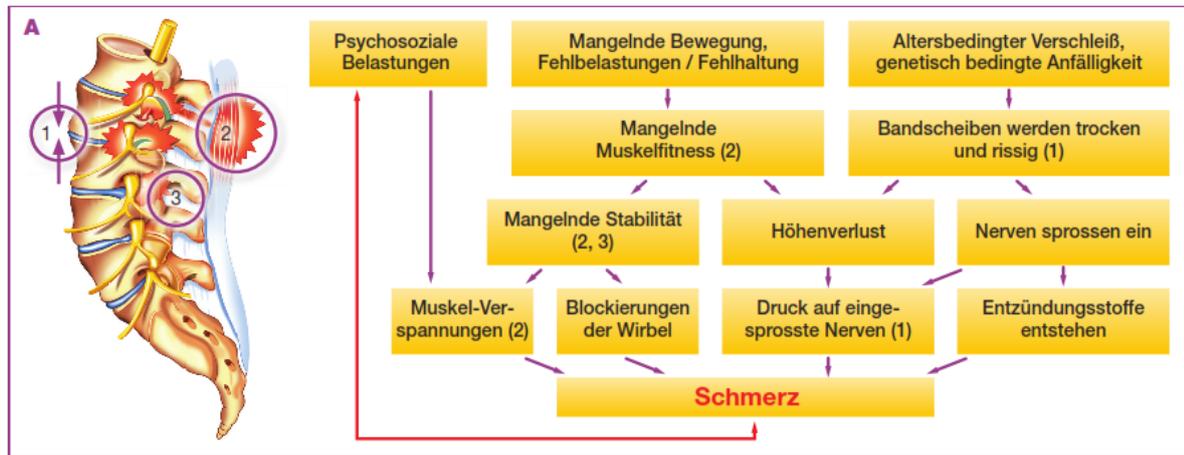
Nerven



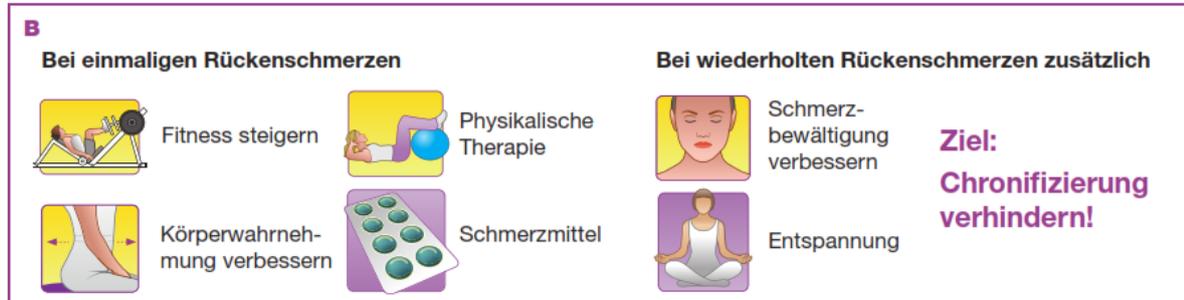
Dieses komplexe System erfordert **regelmäßige und ausreichende Bewegung**, um intakt zu bleiben!

Lumbago - Nicht-spezifische Kreuzschmerzen

Entstehung

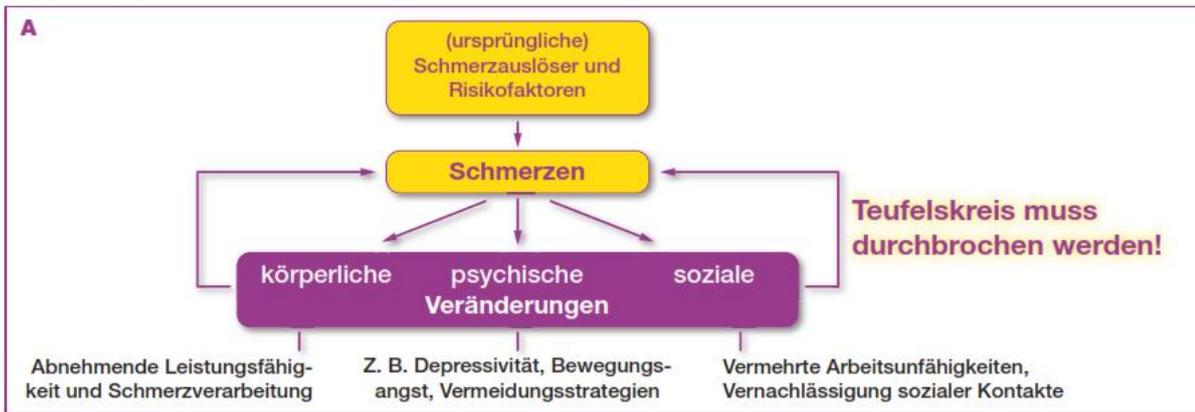


Behandlung der akuten und subakuten Form

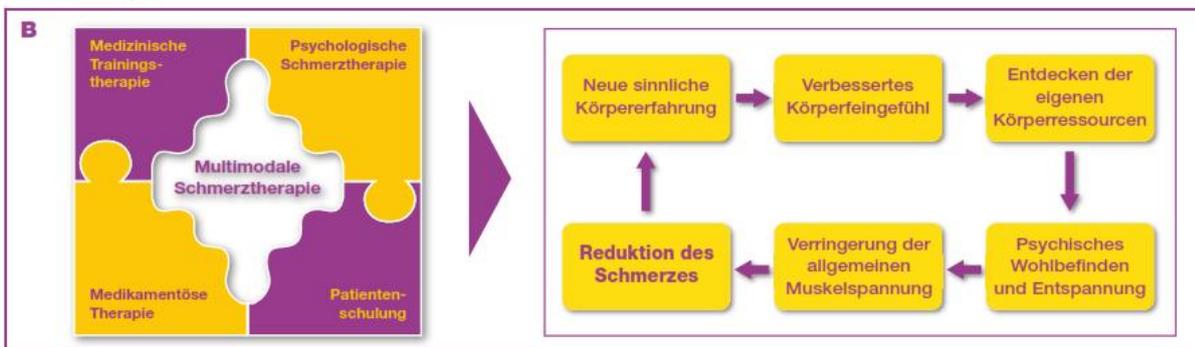


Chronische Rückenschmerzen - die Teufelskreis-Krankheit

Entstehung



Behandlung



Wurzelreizsyndrom nach Bandscheibenvorfall

Entwicklung eines Bandscheibenvorfalls Wurzelreizung



Konservative Behandlung

C

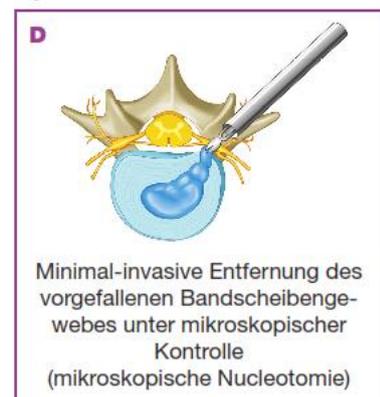
bei akuten Schmerzen:

- Schmerzmittel
- Injektion eines Kortikosteroids und/oder örtlichen Betäubungsmittels in die Nähe der Nervenwurzel

bei chronischen Schmerzen:

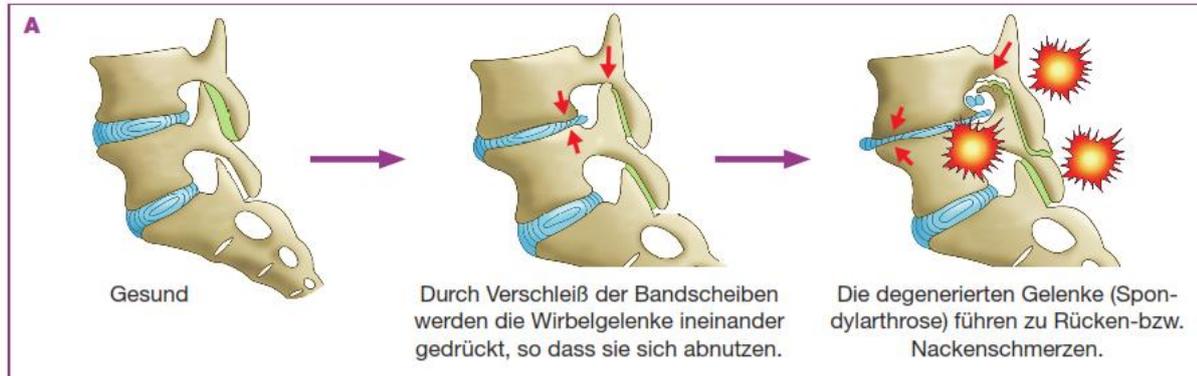
- Schmerzmittel gegen nozizeptive und neuropathische Schmerzen
- Physiotherapie
- TENS (Transkutane Elektrische Nervenstimulation)

Operative Verfahren



Facettensyndrom (aktivierte Spondylarthrose)

Entwicklung



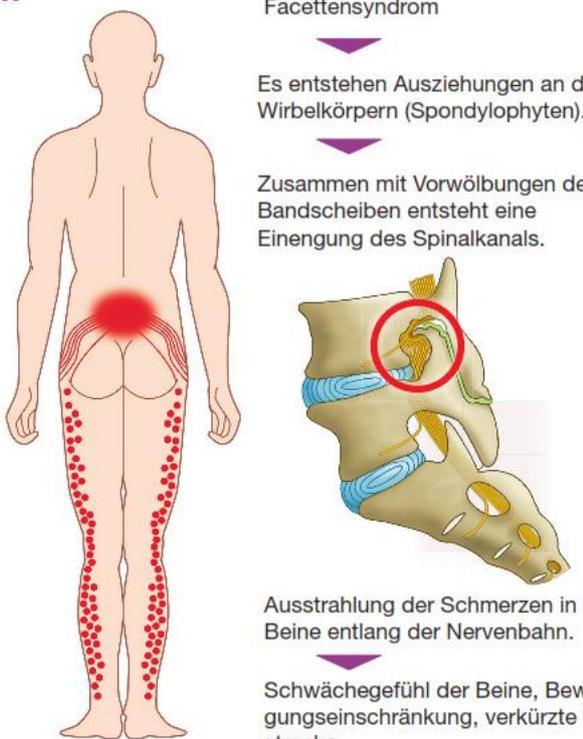
Behandlungsverfahren



Spinalkanalverengung

Entstehung

A



Facettensyndrom

Es entstehen Ausziehungen an den Wirbelkörpern (Spondylophyten).

Zusammen mit Vorwölbungen der Bandscheiben entsteht eine Einengung des Spinalkanals.

Ausstrahlung der Schmerzen in beide Beine entlang der Nervenbahn.

Schwächegefühl der Beine, Bewegungseinschränkung, verkürzte Gehstrecke

Konservative Behandlung

B



Physiotherapie



Schmerzmittel



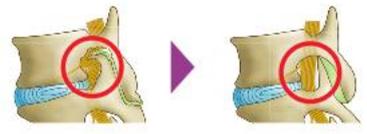
Entlastendes Mieder, das die nach vorn gerichtete Krümmung der Lendenwirbelsäule reduziert (ggf. in Kombination mit TENS)



Lokale Injektionen in die Nähe der Verengung (Periduralraum)

Operative Verfahren

C



Mikrochirurgische Dekompression des Nervenkanals

Osteoporose-bedingter Rückenschmerz

Entstehung

A

Osteoporose: Ungleichgewicht zwischen Auf- und Abbau von Knochensubstanz

Brüche in den Wirbelkörpern führen zu Schmerzen, Deformierungen und Körpergrößenverlust, zu Inaktivität und Sturzrisiko

Konservative Behandlung

B

Muskelkräftigung und Koordinationstraining

Kalzium und Vitamin D3
Arzneimittel, die den Knochenabbau bremsen und den Knochenaufbau steigern
Schmerzmittel

Operative Verfahren

C

Reparatur des Wirbelkörpers mit Knochenzement (Vertebroplastik oder Kyphoplastik)

Nackenschmerzen (Zervikalsyndrom, HWS-Syndrom)

Unspezifische Form (ca. 90% der Fälle)

A

Anhaltend falsche Haltung, Fehlbelastungen

Wechsel zwischen An- und Entspannung der Muskulatur gestört

Muskelverspannungen

Verschleiß / Schädigung der Wirbelgelenke

Instabilität

Muskelverspannungen

Schmerz kann unscharf begrenzt in Hinterkopf, Stirn, Nacken, Schultern und Oberarm ausstrahlen

Reizung der Nervenwurzel

B

Bandscheibenvorfall oder verengter Spinalkanal

Schmerz durch Reizung der Nervenwurzel

Schmerzempfinden scharf begrenzt entlang der Nervenbahnen

Ggf. neurologische Ausfälle (Missempfinden, Taubheit, Fehlfunktion der Muskulatur)

Behandlung

C

Schmerzmittel und ggf. muskelentspannende Medikamente, ggf. **Infiltration** eines Lokalanästhetikums

Physiotherapie und Beibehaltung normaler Aktivität

TENS

Bei anhaltenden Beschwerden zusätzlich:

Psychologische Schmerztherapie, z.B. Schmerzbewältigungstraining und Entspannungsverfahren

Bei Reizung der Nervenwurzel zusätzlich:

Injektion eines Kortikosteroids in die Nähe der Nervenaustrittsöffnungen