

Wenn der Rücken schmerzt

Das Rückenzentrum – eine interdisziplinäre Einrichtung am Klinikum Bad Salzungen – steht am 21. März im Mittelpunkt des Gesundheitsforums von Klinikum, Südthüringer Zeitung und Freies Wort.

Von Ute Weilbach

Bad Salzungen – „80 Prozent der Menschen leiden mindestens einmal an einer Rückenschmerzattacke“, sagt Dr. Gabriele Lichti, Chefin des Zentrums für Physikalische und rehabilitative Medizin am Klinikum Bad Salzungen. Laut Studien gehören Rückenschmerzen zu den am meisten angegebenen Schmerzen überhaupt. Sie führen oft zur Arbeitslosigkeit oder zu Rehabilitationsmaßnahmen. Die Ursachen für Rückenschmerzen können vielschichtig sein.

Gesundheitsforum

Thema: „Volkskrankheit Rückenschmerzen – erfolgreich behandeln“

Vorträge: * „Volkskrankheit Rückenschmerz – was steckt dahinter?“ (Dr. med. Gabriele Lichti, Chefin des Zentrums für Physikalische und Rehabilitative Medizin). * „Rückenschmerzen – wann sind sie gefährlich?“ (Dr. med. Matthias Angrick, Facharzt für Orthopädie). * „Das Kreuz mit dem Kreuz. – Was tun bei chronischen Rückenschmerzen?“ (MUDr. Christiane Kotlebova, Fachärztin für Anästhesiologie, Intensivmedizin und spezielle Schmerztherapie). * „Netzwerk Rückenschmerzszentrum“ (Dr. Gabriele Lichti).



Dr. Matthias Angrick untersucht den Rücken einer Patientin. Foto: Heiko Matz

tig sein.

Deshalb will das Klinikum Bad Salzungen Patienten mit Rückenschmerzen nun in einem Rücken-zentrum interdisziplinär behandeln. Integriert in dieses Rücken-zentrum sind Fachärzte für physikalische und rehabilitative Medizin, Orthopäden und Schmerztherapeuten.

85 Prozent aller Patienten, die über Rückenschmerzen klagen, leiden unter dem sogenannten unspezifischen Rückenschmerz. Das heißt, die Ursachen sind vielgestaltig und häufig auch nicht eindeutig zuzuordnen. Sie sind aber meist gutartig. Je nach Symptomen kann Bewegung, beispielsweise Rückengymnastik, Aqua Fitness oder Nordic Walking helfen. Bei muskulären Verspannungen könne auch eine Massage „hilfreich und segensreich“ sein, sagt Dr. Lichti. Ziel der Therapie sei immer, die aktive Bewegungsfähigkeit des Patienten wiederherzustellen.

Belastung für Patienten sind chronische Rückenschmerzen. Davon spricht man, wenn sie länger als drei

Regel eine kurzzeitige medikamentöse Therapie unumgänglich, um die lokalen Blockaden zu lösen.

Damit sich eine solche schmerzhafte Episode aber nicht wiederholt, helfe in der Regel nur eine aktive Lebensweise mit einer gesunden Ernährung und viel Bewegung.

Wichtig sei, dass Rückenschmerzen nicht erst chronisch werden. Dafür sei ein frühzeitiger Therapieansatz nötig. Bei der Diagnose und der Therapie bedürfe es der Mitarbeit des Patienten. Neben dem ausführlichen Gespräch mit dem Arzt müsse auch ein ausführlicher Schmerzfragebogen ausgefüllt werden. Dabei gehe es um die konkrete Lebenssituation, die allgemeine Lebensqualität und den Wohlfühlfaktor, erklärt Dr. Christiane Kotlebova, Fachärztin für Anästhesiologie, Intensivmedizin und Schmerztherapie.

Die Therapie von Rückenschmerzen sei so vielschichtig wie die Ursachen. Oft müsse das ganze Leben umgestaltet werden. Neben einer gesunden Lebensweise müsse der Patient lernen, sich nicht vom Schmerz bestimmen zu lassen. Dabei gebe es Möglichkeiten der psychologischen Betreuung. Aber auch ein Freude bringendes Hobby könne meist schon helfen, so Dr. Kotlebova.

Fragen

Beim Gesundheitsforum stehen die Referenten wie immer auch für Fragen zur Verfügung. Wer bereits vorab Fragen stellen möchte, kann sie bis 9. März an die Redaktion senden: Salzunger Medienzentrum, Andreasstraße 11 in 36433 Bad Salzungen, oder per Mail lokal.badsalzungen@stz-online.de, lokal.badsalzungen@freies-wort.de. Die Antworten gibt es dann in der Heimatzeitung.