

Das Rückenschmerz-Zentrum

„Netzwerk Rückenschmerzszentrum“: Chefärztin Gabriele Lichti ging näher darauf ein, welche Aufgaben das Rückenschmerzszentrum haben wird und wie es funktionieren soll.

Bad Salungen – Eine komplexe Zusammenarbeit verschiedener Fachabteilungen lebe man im Klinikum Bad Salungen bereits eine ganze Weile, nun werde dies mit der Eröffnung des Rücken zentrums auf feste strukturelle Beine gestellt, meinte Gabriele Lichti, die Chefärztin des Zentrums für physikalische und rehabilitative Medizin.

Zu den Aufgaben der interdisziplinären Einrichtung zählt sie die umfassende klinische Untersuchung und Aufklärung des Patienten, eine gezielte weiterführende Diagnostik und Therapien sowie Angebote zur Prävention. Der Erstkontakt des Patienten erfolgt in der Praxis für Orthopädie, der Praxis für physikalische und rehabilitative Medizin oder in der für spezielle Schmerztherapie. Bei den jeweiligen Ärzten erfolgen die Anamnese, die Untersuchung, die Sichtung der Vorbefunde und die Auswertung des Fragebogens. Der Arzt stellt eine Diagnose und demgemäß erfolgt die Weiterbehandlung. Wird ein unspezifischer Rückenschmerz diagnostiziert, wird entsprechend weiter behandelt: Mobilisation, Physiotherapie, medikamentöse Behandlung, Anleitung zur Aktivierung usw. Wird ein chronischer Rückenschmerz festgestellt, sind passende weitergehende Therapien angezeigt. Das geht von der Psychotherapie über die Ergo- oder Physiotherapie bis hin zur stationären multimodalen Therapie. Wichtig sind hier die Aktivierung des Patienten und die Prävention, um aus der Spirale des chronischen Schmer-



Erneut einen Besucherrekord konnte das Klinikum Bad Salungen mit den beiden Heimatzeitungen Südtüringer Zeitung und Freies Wort beim gemeinsamen Gesundheitsforum zum Thema Volkskrankheit Rückenschmerzen registrieren. Die Mitarbeiter des Klinikums mussten wieder alle Stuhl-Reserven mobilisieren, um allen Gästen einen Sitzplatz anbieten zu können.

Fotos (4): Heiko Matz

zes herauszukommen.

Wird der gefährliche Rückenschmerz festgestellt, ist eine zeitnahe und gezielte Labor- und bildgebende Diagnostik notwendig. Mit dem einhergehen kann eine medikamentöse Behandlung sowie eine stationäre Behandlung oder Rehabilitation. Behandlungsmethoden hängen jeweils von der Diagnose ab. Der Patient erhält einen Behandlungspass für die nachfolgenden Therapien.

In das Rücken zentrum sind verschiedene Praxen im Klinikum und den Medizinischen Versorgungszentren des Klinikums Bad Salungen

einbezogen. So kann der Erstkontakt des Patienten in den bereits genannten Praxen stattfinden. Ab Juli wird in der Praxis für physikalische und rehabilitative Medizin ein weiterer Arzt eingestellt werden, sodass sich die Situation weiter entspannt. Derzeit gibt es auch bei ihr noch zirka drei Monate Wartezeit auf einen Termin, beantwortete Gabriele Lichti eine entsprechende Frage im Anschluss an ihren Vortrag.

Für die weiterführende Diagnostik stehen Radiologie und Labor im Klinikum zur Verfügung. Bedarf es einer weiteren Abklärung oder Therapie,

können weitere Fachabteilungen im Klinikum genutzt werden. Ab Juli wird es zudem eine Neurochirurgie in Bad Salungen geben, bis dahin steht das Klinikum Meinungen als Kooperationspartner zur Seite.

Umfangreich sind auch die therapeutischen Angebote, die vorgehalten werden. So kann Physiotherapie im Klinikum Bad Salungen durchgeführt werden, ein Therapiezentrum in der Langenfelder Straße ist in Planung. Hier besteht bereits die Möglichkeit der Ergotherapie. Funktionstraining bei Osteoporose oder Rheuma kann beispielsweise im therapeu-

tischen Bad des Klinikums absolviert werden. Das geplante Therapiezentrum in der Langenfelder Straße wird dann überdies auch Rehasport und Funktionstraining anbieten.

Jeder Patient kann selbst etwas tun, um Schmerzen vorzubeugen. Es gibt Präventionsangebote wie Aquafitness, Rückenschule, Kurse für gesunde Ernährung oder Nordic Walking, die von der Krankenkasse zertifiziert sind. Damit übernimmt die Krankenkasse die Kosten für solche Kurse. Nähere Informationen erhalten Interessierte über die Patientenberatung des Klinikums (☎ 03695/644769). *sr*

Das Kreuz mit dem Kreuz – chronische Schmerzen

Bad Salungen – Was kann man tun, wenn die Rückenschmerzen gar nicht mehr weggehen wollen? Auf diese Frage ging Christiane Kotlebova, Fachärztin für Anästhesiologie, Intensivmedizin und spezielle Schmerztherapie, beim Gesundheitsforum im Klinikum Bad Salungen ein.

Das Kreuz mit dem Kreuz: 80 Prozent der Deutschen leiden unter Rückenschmerzen, 23 Prozent davon unter chronischen. „Das sind immerhin 18 Millionen Menschen, die ständige Rückenschmerzen haben“, macht die Ärztin deutlich. Wichtig sei es, aus dem Teufelskreis der Schmerzspirale herauszukommen. Dauernder Schmerz im Rücken verleitet zu Inaktivität, der Patient ist in seiner Mobilität eingeschränkt. Das führt zu Hilflosigkeit und sozialer Isolation. Folgen können Einsamkeit und depressive Stimmungen sein, die nicht nur körperliche, sondern auch geistige Inaktivität fördern. Das alles wiederum können Faktoren sein, die den

Schmerz verstärken. Ein Teufelskreis, den es zu durchbrechen gilt.

Die Risikofaktoren für chronischen Rückenschmerz können vielfältig sein. So sind es die biologischen Faktoren – das höhere Lebensalter und damit einhergehende degenerative Prozesse im Körper, die Rückenschmerz verursachen können. Aber auch psychische (Traumatisierung, Depression, Angst) sowie berufliche Faktoren (schwere körperliche Arbeit, monotone Körperhaltung) können Auslöser des Schmerzes sein oder ihn verstärken. „Auch der persönliche Lebensstil kann ein Risikofaktor sein“, sagte Christiane Kotlebova. Übergewichtige haben ein 1,5-prozentiges höheres Risiko, bei Rauchern ist das Risiko um 1,3 Prozent erhöht. Auch Nebenwirkungen bestimmter Medikamente nannte die Ärztin.

Chronische Rückenschmerzen zu behandeln, ist oft sehr schwierig und langwierig. Unverzichtbar für eine erfolgreiche Behandlung sei die Akti-

vierung und die Mitarbeit des Patienten, meinte die Ärztin. Medikamente sollten nur für eine gewisse Zeit verabreicht werden, eine Dauereinnahme ist in vielen Fällen nicht notwendig und auch nicht ratsam. Frühzeitig



Christiane Kotlebova.

hingegen kann die nichtmedikamentöse Therapie beginnen. Hier gibt es beispielsweise die Physiotherapie, Atem- oder Ergotherapie, Yoga, sportliche Aktivitäten und vieles mehr. Was für den Patienten geeignet ist, wird der Arzt mit ihm besprechen. Mitunter ist bei chronischem Rückenschmerz eine Operation angezeigt, sie muss allerdings nicht immer an erster Stelle stehen. So plädierte Kotlebova für eine strenge Indikationsstellung,

mit anderen Worten: keine unnötige OP. Der Patient kann durchaus auch eine zweite Meinung eines Arztes einholen.

Was erwartet den Patienten, wenn er in der Schmerzambulanz vorstellt wird? Zunächst erhält er einen Schmerzfragebogen, der sehr umfangreich ist. In der Sprechstunde wird der Arzt dann ausführlich mit dem Patienten sprechen, die Krankenvorgeschichte aufnehmen, ihn untersuchen und ein Therapieziel festlegen. Hier sollte vor unrealistischen Versprechungen abgesehen werden. Wenn die Schmerzen um die Hälfte reduziert werden können, kann das schon ein guter Erfolg sein. Je nach Indikation können schmerzlindernde Medikamente verschrieben und Bewegungstherapien abgesprochen werden. Eine relativ kurzfristige Therapiekontrolle sei nachfolgend wichtig. Eine Schmerztherapie bedarf in jedem Fall der Bereitschaft des Patienten zur Mitarbeit und zudem viel

Geduld. Es sei wichtig, dass Patient und Arzt eng zusammenarbeiten, so könne der Patient aus der Spirale des Schmerzes ausbrechen und eine wesentlich höhere Lebensqualität erreichen, beendete die Schmerzspezialistin ihren Vortrag.

Inwieweit können sich andere Erkrankungen wie Krebs oder Herzinfarkt auf die Schmerzen auswirken, wollten Zuhörer wissen. Natürlich könne es sein, dass Erkrankungen auch die Rückenschmerzen verursachen, meinte die Fachärztin. Dazu müssen jedoch spezielle Untersuchungen durchgeführt werden.

Kann jeder sich anmelden und wie viel Zeit nimmt sich der Schmerzarzt während der ersten Sprechstunde, war eine weitere Frage. Man müsse sich einen Termin holen, sagte Christiane Kotlebova. In der Erstvorstellung werde zirka eine Stunde Zeit sein, um den Fragebogen auszuwerten und erste Untersuchungen vorzunehmen. *sr*