

Heute

Service-Tipp des Tages

DIE KOLUMNE: GESUNDHEIT
VON DR. PATRICK SIMONS
NEUROCHIRURG, KÖLN
leben@wz-plus.de



Dehnung am Rücken

In Deutschland leiden Millionen Menschen unter chronischen Rückenschmerzen. Spinale Dekompression, eine neue, schonende Therapie für Rückenleiden, kann eine Alternative zur Operation sein. In den USA bereits seit Jahren erfolgreich angewandt, bieten nun auch hierzulande die ersten Praxen und Kliniken diese Methode an.

Da verletzte oder beschädigte Bandscheiben im Hals- oder Lendenwirbelsäulenbereich aufgrund der ständigen Druckbelastung nur langsam heilen, wird durch Dehnung der Wirbelsäule der schmerzhaft Druck von den Bandscheiben genommen. Auf computergesteuerten Behandlungsliegen wird der betroffene Zwischenwirbelaum sanft und schmerzlos gedehnt. Integrierte Sensoren messen die Abwehrspannung der Muskeln und passen die vom Gerät dynamisch ausgeführte Dehnung an. Die erreichte Druckabnahme entlastet das strapazierte Bandscheibengewebe. Durch den entstehenden Unterdruck kann es sich zurückziehen. Zudem wird die Aufnahme von Flüssigkeit, Sauerstoff und Nährstoffen erleichtert. Nebenwirkungen sind bisher nicht bekannt.

Insbesondere bei Bandscheibenvorwölbungen und Bandscheibenvorfällen mit einer Ischialgie optimiert die Spinale Dekompression das klassische Behandlungsspektrum. Nicht geeignet ist diese Methode jedoch bei ausgeprägten Vorfällen mit Lähmungen, bei denen eine schnelle Entlastung des Nerven erforderlich ist. Vorgesehen sind etwa zwölf bis zwanzig halbstündige Behandlungen, die allerdings von der gesetzlichen Kasse nicht bezahlt werden (Kosten: 48 Euro pro Behandlung). In der Regel tritt eine deutliche Linderung der Schmerzen ein, bei vielen Patienten sogar eine vollständige Beschwerdefreiheit. Damit schließt die Spinale Dekompression die Lücke zwischen Akut- und Rehabilitationstherapie.

SO ERREICHEN SIE UNS
IHR KONTAKT ZUR LEBEN-REDAKTION

TELEFON 0211/8382-2372
FAX 0211/8382-2392
MAIL leben@wz-plus.de

Was tun bei Bauchweh?

DIAGNOSE Ursachen reichen bei Kindern von Verstopfung über Infektionen bis zu Angstzuständen.

Von Christiane Löll

Osnabrück/Berlin. Wenn Kinder über Bauchschmerzen klagen, und das immer wieder, stellen sich Eltern oft viele Fragen: Steckt dahinter eine ernsthafte Erkrankung? Verträgt das Kind das Essen nicht? Und ist es wirklich der Bauch, der weh tut? Gerade kleinere Kinder können oft nicht sagen, wo genau sie Schmerzen haben.

Nach Angaben von Burkhard Rodeck von der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin findet sich bei bis zu 90 Prozent der Kinder mit Bauchschmerzen keine ernste körperliche Ursache. „Die Kunst ist es, die zehn Prozent heraus zu fischen, die wirklich etwas haben und dringend behandelt werden müssen“, sagt Rodeck, der Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin des Marienhospitals in Osnabrück ist.

Ab dem Grundschulalter können Kinder Schmerzen genau orten

Die Ärzte suchen und fragen nach weiteren Symptomen, die in Zusammenhang mit dem Bauchweh stehen könnten. „Hellhörig macht uns beispielsweise, wenn ein Kind immer wieder exakt den gleichen Punkt nennt, von dem die Schmerzen ausgehen, oder wenn es in den vergangenen Wochen und Monaten nicht an Gewicht zugenommen hat“, sagt Prof. Michael Melter, Vorsitzender der Gesellschaft für Pädiatrische Gastroenterologie und Ernährung. Kinder könnten



Kommt zu den Schmerzen Fieber hinzu, ist eine Entzündung wahrscheinlich.

Foto: imago-stock

spätestens ab dem Grundschulalter recht genau sagen, wo sie der Schuh drückt.

Die familiäre Vorgeschichte spielt bei der Diagnose eine Rolle

„Dann ist es wichtig zu wissen, wann der Schmerz auftritt“, sagt Melter. „Wenn ein Kind nachts deswegen aufwacht, ist das ein Alarmzeichen für ein organisches Problem, und auch, wenn es das Spielen unterbricht wegen der Schmerzen.“ Kommen weitere Symptome wie Fieber, Durchfall oder Erbrechen hinzu, so liegen laut Melter Hinweise auf eine Entzündung vor. Ist Blut im Stuhl oder Urin aufgefallen, so müsse abgeklärt werden, wo dieses herkommt.

„Wir fragen oft auch nach der familiären Geschichte, ob beispielsweise funktionelle Beschwerden wie ein Reizdarm, Unverträglichkeit von Nahrungsmitteln oder chronische Darmerkrankungen vorkommen.“

AUSLÖSER UND WIE SIE ERKANNT WERDEN

URSACHEN Gründe für starke Schmerzen könnten unter anderem eine Blinddarmentzündung sein, eine Magen-Darm-Infektion und – vor allem bei kleinen Kindern – eine Einstülpung des Darms. Aber auch Infektionen an Nieren und Harnwegen oder eine Lungenentzündung können sich durch Schmerzen im Bauch äußern. Bei chronischen Beschwerden könne durch Tests geklärt werden, ob etwa Laktose, Fructose oder Gluten nicht vertragen werden. Oft liegt auch eine einfache Verstopfung vor.

Sind alle organischen Ursachen ausgeschlossen, und klagt das Kind trotzdem noch über Beschwerden, sollten auch diese ernst genommen werden. Möglicherweise stecken dahinter psychische Probleme wie Angst vor der Schule, sagt Melter. Dann sei

DIAGNOSE Durch das Abtasten des Bauches erhalten die Mediziner Hinweise darauf, ob sich beispielsweise eine Entzündung dort abspielt. Dann ist der Bauch hart. Labortests von Blut- und Stuhlproben könnten Hinweise auf Erkrankungen wie Infektionen, Allergien oder Unverträglichkeiten geben. Mit einer Ultraschalluntersuchung des Bauches lassen sich beispielsweise Einstülpungen des Darms oder Entzündungen erkennen. Ergibt sich dadurch keine Diagnose, kann eine Magenpiegelung Aufschluss geben.

die wichtigste Maßnahme zu lernen, mit diesem Schmerz und den Ängsten umzugehen. Die Experten raten den Eltern in solchen Fällen, sich beispielsweise Hilfe durch Psychologen oder Vertrauenslehrer zu holen und nach den Ursachen zu forschen.

Das Auto mit Nachbarn teilen

CAR-SHARING In Internet-Portalen Absprachen treffen.

Düsseldorf. Ein Auto kostet. Der Wertverlust, Versicherung und Steuern schlagen zu Buche. Auch für den Betrieb muss der Besitzer tief in die Tasche greifen. Neben den Kosten für den Treibstoff fallen Wartungen und Reparaturen an. Wer so viel Geld nicht ausgeben möchte, kann sich Fahrzeug und Kosten mit anderen teilen.

Dabei bestehen mehrere Möglichkeiten: Fahrer können die Autos von Carsharing-Anbietern nutzen. Oder man teilt sich ein Auto mit dem Nachbarn. Neuerdings ist dies in organisierter Form online möglich. Anbieter sind etwa Nachbarschaftsauto, Tamyca und Autonotzer.

Bei der Versicherung genau hinsehen und informieren

Ein potenzieller Auto-Leiher gibt nach einer Registrierung an, wo, wann und für wie lange er ein Fahrzeug sucht. Aus der Datenbank werden passende Angebote herausgesucht und die Kontaktaufnahme ermöglicht.

Bei der Versicherung gehen die Anbieter für privates Carsharing unterschiedliche Wege. Die Kunden sollten sich vorher genau informieren. Kritik an dem Angebot übt der ADAC. Jurist Klaus Heimgärtner hält den finanziellen Vorteil für den Halter für fraglich. Den Einnahmen stehe die Abnutzung des Autos und der damit verbundene Wertverlust durch zusätzlich gefahrene Kilometer entgegen.

nachbarschaftsauto.de
tamyca.de
autonetzer.de

Netto Marken-Discount

gültig von Montag, 16.05.11 bis Samstag, 21.05.11

Nackten-/Kamm-Koteletts
vom Schwein, gewürzt
(3,99 / kg)

700 g
2,79*
Aktionspreis

DANONE Activia versch. Sorten
(-25 / 100 g)

8 x 115 g
2,22*
Aktionspreis

granini Trinkgenuss oder Samtig & Fein
versch. Sorten

1 Liter
0,95*
Aktionspreis

Sangria aromatisiertes, weinhaltiges Getränk, 7% Vol.
(1.- / l)

1,5 Liter
1,49*
Aktionspreis

Rollenliege
mit Sonnendach und Kopfpolster • Rückenlehne 5-fach verstellbar • max. Traglast: ca. 120 kg

ca. 153 x 53 x 15 cm

je
24,98*
Aktionspreis

mobil einsetzbar

iglo Schlemmer-Filet oder Filegro
tiefgefroren, versch. Sorten
(4,66 – 7,08 / kg)

250 – 380 g
1,77
statt 2,79
36% BILLIGER!

Wagner Big Pizza
nach amerikanischer Art, tiefgefroren, versch. Sorten
(4,22 – 4,43 / kg)

400 – 420 g
1,77
statt 2,39
25% BILLIGER!

*Dieser Artikel kann wegen begrenzten Vorrats schon am ersten Tag des Angebots ausverkauft sein - Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen! Gültig in KW 20 / Nord-SB, West-SB