



Der Neurochirurg kontrolliert bei Hava Birkan die Beweglichkeit der Wirbelsäule



Dr. Simons entfernt unter mikroskopischer Sicht den Bandscheibenvorfall



Mit osteopathischen Griffen löst Sebastian Wurster bei Eva Feichtinger blockierte Gewebeschichten



Die Stimulation der Energiepunkte mit den Akupunktur-Nadeln spürt man kaum

Die Pein im Bein beginnt im Po und endet am Fuß. Ursache ist der sensible Ischias-Nerv. Hilfe bieten entlastende Therapien

Ischias-Probleme

SCHULMEDIZIN

Dr. Patrick Simons (52) führt pro Jahr rund 700 neurochirurgische Eingriffe am Rücken durch

„Der Schmerz ist nach der OP meist weg“

3-D-Mikrochirurgie befreit den Nerv

Die Beschwerden brauchen ohne Vorwarnung in mein Leben“, erzählt Hava Birkan (35). „Ich war im letzten Schwangerschaftsdrittel, als der Ischiasnerv anfang wehzutun.“

Diagnose. Der Arzt erklärte die Probleme mit umstandsbedingter Gewebelockierung, die auch Rücken und Bandscheiben betreffen. Und er verordnete Wärmeanwendungen. Nach der Entbindung sollten die Schmerzen verschwinden.

Enttäuschung. Doch die Lehrerin aus Köln erholte sich nicht wie geplant. Nach der Geburt von Tochter Asya biss sie monatelang die Zähne zusammen. Als einer Kollegin ihre Schonhaltung aufgef, wurde klar, dass sie zum Orthopäden musste.

Konservativ. „Massagen und Physiotherapie brachten nur kurzfristig Besse-

rung“, sagt sie. „Dann erlitt ich beim Hochheben meiner Tochter eine erste Bandscheibenvorwölbung und bekam Kortisonspritzen.“

Rückfall. Nur ein Jahr später hatte Hava Birkan einen richtigen Vorfall, der auf den Ischias drückte. Für eine OP hatte sie keine Zeit. Das Abitur der Schöler ging vor. Mit Schmerztabletten

und Wärmepflastern kämpfte sie gegen die Pein an, die sich bis zur Fußspitze zog.

Nach fünf Stunden wieder aufstehen

Tiefpunkt. Nach stundenlangem Korrigieren konnte die Lehrerin im Juni 2011 kaum noch aufstehen. „Versuchte ich es dennoch, schossen mir vor Schmerzen die Tränen in die Augen.“

Wende. Zum Glück war sie kurz zuvor im Internet auf die MediaPark Klinik in Köln gestoßen. Dank 3-D-Mikrochirurgie müssen die Patienten nach der Behandlung meist nur ein bis drei Nächte in der Klinik bleiben.

OP-Mikroskop. „Wichtige Grundlage des Erfolgs ist die Entlastung des Nervs unter mikroskopischer Sicht“, erklärte ihr Neurochirurg Dr. Patrick Simons. „Die starke

Vergrößerung und der dreidimensionale Blick in den Nervenkanal helfen dem Operateur, das Bandscheibengewebe so schonend wie möglich für die umliegenden Nerven und Muskeln zu entfernen. Dadurch setzt die Heilung früher ein!“

Erfolg. „Nach der Vorstellung am Montag war gleich am Donnerstag der Eingriff“, sagt Hava Birkan. „Nach fünf Stunden konnte ich das erste Mal aufstehen, am Sonntag dann schon beinahe schmerzfrei die Klinik verlassen. Ein Wunder!“

Info: Media Park Klinik, Tel.: 0221/9797-300.

Der Weg zum Spezialisten

- **Zum Arzt:** Bei Lähmungen oder Schmerzen, die länger als zwei Tage andauern, Patientenbroschüre sowie Arzt-/Kliniksuche unter: www.bvou.net
- **Kosten „3-D-OP“:** Die Neurochirurgische Praxis in der MediaPark Klinik hat eine Kassenzulassung. Gesetzlich Versicherte werden in einer Be-
- legklinik operiert. Info: www.mediapark-klinik.de
- **Kosten „Osteopathie“:** Nach ärztlicher Einweisung ist die stationäre Behandlung in der Malteser Klinik von Weckbecker eine Kassenleistung. Ambulant liegen die Kosten bei 60 bis 100 Euro. Info: www.weckbecker.com



Der Ischias (Pfeil) ist der längste Nerv des Körpers. Er zieht sich von der Lendenwirbelsäule an jedem Bein herunter bis zu den Füßen

Ischias-Beschwerden strahlen meist in Hüfte und Po aus

NATURHEILKUNDE

Sebastian Wurster (37) ist geprüfter Physiotherapeut und diplomierter Osteopath

„Eine Behandlung wirkt bis zu drei Wochen“

Osteopathie und Akupunktur stoppen die Symptome

Vom Kreuzbein über die Hüfte bis in die Leiste – wie ein Ring zeigte sich bei Eva Feichtinger (51) der Ischiaschmerz. Im Stehen strahlte das Drücken bis in die rechte Wade.

Unfall. „Bei einer Yoga-Übung hatte ich mich verletzt, war kurz danach auf

einer Eisplatte im Garten ausgerutscht“, sagt die Tanz- und Ausdruckstherapeutin aus Bad Kissingen. „Ich konnte fast nicht mehr gehen, war arbeitsunfähig.“

Erfolglos. Der Arzt verordnete Massagen – ohne Erfolg. So wandte sich die Frau schmerzgeplagt an die

Malteser Klinik von Weckbecker in Bad Brückenau. Kürzlich wurde hier das Zentrum für osteopathische Schmerztherapie eröffnet.

Gegensteuern. „Unser Ziel ist es, den Teufelskreis aus Schonhaltung, Verspannung, noch mehr Fehlstatik zu durchbrechen“, erklärte ihr dort der Leiter des neuen Zentrums Sebastian Wurster. „Gerade der Mix aus traditioneller chinesischer Medizin und osteopathischer Behandlung hilft gut.“

Beschwerdefrei nach einer Woche

Handarbeit. Vor über 130 Jahren begründete der amerikanische Arzt Andrew Taylor Still das ganzheitliche Heilverfahren. Nach einem ausführlichen Gespräch setzt der Osteopath für Diagnose und Therapie nur seine Hände ein.

Ablauf. Bei der Untersuchung von Eva Feichtinger ertastete Sebastian Wurster unterschiedliche Gewebeschichten, spürte so Bewegungseinschränkungen und Verspannungen auf, die er mit speziellen Griff-Techniken behandelte.

Wissens-Abc

- **Häufig:** Etwa jeder zehnte Patient mit Schmerzen im unteren Teil der Wirbelsäule hat Ischias. Die korrekte medizinische Bezeichnung dafür lautet Ischialgie.
- **Typisch:** Die quälenden Symptome sind mal stechend und brennend, mal wie ein elektrischer Schock. Oft kribbelt das Bein oder fühlt sich wie eingeschlafen an. Niesen oder Husten verschlimmern die Pein.