



Stabil ist nicht gleich steif

Optimale Versorgung bei verschobenen Wirbeln

Die Lendenwirbelsäule hat die Aufgabe zu bewegen und gleichzeitig zu tragen. Da die Menschheit im Laufe der Evolution immer mehr zum (mehr oder weniger) aufrechten Gang gekommen ist, wirken hohe Kräfte auf die Wirbelsäule. Dadurch ist sie anfällig für eine Vielzahl von Überlastungs- und Verschleißerscheinungen.

Unsere Wirbelsäule ist ein Turm aus festen Knochenwürfeln und weichen Bandscheibenringen, der leicht gebogen ist (Bild 2). Dadurch wirkt die Schwerkraft nicht nur senkrecht zur Erde hin, sondern häufig schräg. Da bei Vielen die Gewichtsverteilung eher vorne liegt, zieht es auch die Wirbelsäule meist nach vorn, in Richtung Bauch! Unsere ohnehin schon durch diese senkrechte Belastung strapazierte Bandscheibe wird so auch noch Scherkräften ausgesetzt. Das hält nicht jede Bandscheibe aus und es kann zu einer Verschiebung der Wirbel gegeneinander kommen.

Eingeklemmter Nerv

Zwischen zwei Wirbeln, auf Höhe der Bandscheibe befindet sich die Nervenaustrittsöffnung (Foramen). Diese Öffnung bildet als hochkantstehendes Oval einen Weg für den Nerv, auf dem er von oben nach unten, hin und her gleiten und gleichzeitig aus dem Nervenkanal austreten kann, ohne eingeklemmt zu werden (Bild 1 und Bild 2). Verschie-

ben sich nun die Wirbel (Gleitphänomen) gegeneinander, verändert sich die Öffnung, sie kippt mit nach vorne und wird flacher. Der Nerv wird eingeklemmt und reibt bei jeder Bewegung am Knochen. Ein eingeklemmter Nerv führt zu heftigen Schmerzen, die bis ins Bein ziehen (Bild 3).

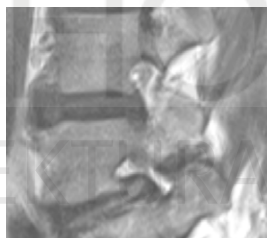


Bild 3: Oben hochkantstehendes Foramen, und liegendes.

Ursachen

Das Nach-vorn-Gleiten der Wirbel kann dadurch entstehen, dass die Bandscheibe nicht mehr hält, zusammen sinkt und gleichzeitig die hinteren Gelenke den Druck nicht ausgleichen können. Ursache hierfür kann eine erworbene oder angeborene Schwäche der Wirbelsäule sein.

Konservative Behandlung

Typischerweise sind die Schmerzen langsam zunehmend. Anfangs treten sie nur nach längerem Stehen oder Gehen auf, während Bücken oder Radfahren noch eine gewisse Linderung bringen. In dieser Phase ist es wichtig, die richtige Diagnose zu stellen und eine optimale Behandlung zu wählen. Blind in ein Fitnessstudio zu gehen und mit Gewichten zu arbeiten, bei denen

mit jeder Bewegung die Bandscheibe noch mehr überlastet und der Nerv gezwungen wird, im Foramen zu reiben, ist falsch und wirkt sich negativ aus. Sprich, die Schmerzen nehmen zu. Wesentlich effektiver ist eine Streckung, wie sie z. B. mit der innovativen SpineMED-Therapie (Bild 4) erreicht werden kann. Mit dieser passiven Technik lässt sich das Foramen sanft wieder aufrichten. Weiterhin ist es wichtig, die Muskeln isometrisch ohne viel Bewegung in der Wirbelsäule zu kräftigen, z. B. durch elektrische Muskelstimulation (EMS).



Bild 4: SpineMED

Operative Hilfe

Durch fortschreitendes Gleiten der Wirbel können die ausstrahlenden Schmerzen irgendwann zum quälenden Dauerbegleiter werden. Auch kann es zu Ausfällen in den Beinen kommen. Dann ist es sinnvoll, die instabile Stelle im Rahmen einer Operation zu stabilisieren. Bei diesem Eingriff, der selbstverständlich in Vollnarkose und unter Zuhilfenahme von Röntgenmarkierung und Mikroskop stattfindet, werden die zwei Wirbel mit Schrauben versehen. Über ein elegantes System ist es möglich, an diesen Schrauben ziehend, die Wirbel wieder in der richtigen Position

Wirbelsäule mit Zwischenwirbellöchern (Foramina)



Bild 1: im MRT.

Bild 2: im Modell mit austretenden Nerven.

zu bringen. Anschließend werden die Schrauben dann mit Längsstäben fixiert. Dadurch wird jedoch auch die plattgedrückte Bandscheibe wieder aufgerichtet, der es dann aber an Inhalt fehlt. Deshalb wird ein Platzhalter, auch Cage genannt, in diese Bandscheibe geschoben um auch dort Stabilität zu erreichen (Bild 5).



Bild 5: Fertige Spondylodese

Nach einer Operation

Der Eingriff ist größer als eine Bandscheibenoperation und obwohl die Implantate sofort belastbar sind, ist es wichtig, sich einige Wochen Zeit zu nehmen, um alles gut verheilen zu lassen. Zusammen mit Ihrem Physiotherapeuten, Orthopäden oder Hausarzt begleiten wir Sie dabei.

Neuer Spezialist

Die Praxis Rücken-doc konnte Dr.med. Ali Harati gewinnen, der diese Stabilisierungen in der Mediapark-Klinik durchführt. Dr. Harati wurde als Neurochirurg in Bochum, Recklinghausen und Helsinki ausgebildet. Zuletzt hat er im Klinikum Dortmund auf dem Gebiet der oben genannten Technik viel Erfahrung gesammelt. Er beherrscht die Stabilisierung nicht nur an der Lendenwirbelsäule, sondern auch an der noch diffizileren Halswirbelsäule.



► Dr. Patrick Simons
Neurochirurgie – Spine Center
MediaPark Klinik
Im MediaPark 3 • 50670 Köln
Tel.: 0221 / 97 97 300
www.Ruecken-doc.de
www.Hernia-weg.nl

Nicht jede Instabilität muss stabilisiert werden!

In der Rücken-doc-Praxis (Drs. Patrick Simons) in der Mediapark-Klinik hat das Team schon fast 25 Jahre Erfahrung in der konservativen und operativen Behandlung der Wirbelsäule. Obwohl nur etwa jeder fünfte unserer Rückenpatienten operiert wird, blicken die Neurochirurgen auf über 1200 Eingriffe im Jahr zurück. Die richtige Indikationsstellung, die Devise „weniger ist mehr“ und die minimal-invasiven OP-Techniken führen dazu, dass im Rahmen der fortlaufenden Qualitätskontrolle bei Befragungen 98 Prozent der Operierten bestätigten, dass die Entscheidung zu operieren auch im Nachhinein richtig war.

RÜCKENSCHMERZEN

WAS STECKT DAHINTER?

Ein Ratgeber für die Behandlung von Bandscheibenvorfällen



Nahezu jeder Zweite leidet irgendwann einmal in seinem Leben unter Rückenschmerzen. In den meisten Fällen sind diese harmlos und lassen sich mit ein wenig Bewegung und Entspannung gut in den Griff bekommen. Doch manchmal steckt mehr dahinter und dann sind eine eindeutige Diagnose und

die anschließende Entscheidung, welche Behandlung die richtige ist, entscheidend für die Genesung. Mit seinem Buch „RÜCKENSCHMERZEN, WAS STECKT DAHINTER? Ein Ratgeber für die Behandlung von Bandscheibenvorfällen“ hat der Neurochirurg Drs. Patrick Simons einen fundierten Leitfaden geschrieben, in dem die Patienten wichtige Hintergrundinformationen erhalten und besonders über den therapeutischen Weg bei einem Bandscheibenvorfall informiert werden – von konservativen bis zu operativen Behandlungsmöglichkeiten. Dabei berichtet Drs. Simons vor allem über seine positiven Erfahrungen auf dem Gebiet der Bandscheiben-Operationen. Mit seiner detaillierten Beschreibung darüber, was Patienten vor, während und vor allem nach einem solchen Eingriff erwartet, möchte er ihnen die Angst davor nehmen, bei entsprechender Indikation eine Operation zu wagen.

Sie erhalten den informativen Ratgeber ab sofort auch als eBook (20,99 Euro), sowohl für den kindle als auch für den tolino.

Drs. Patrick Simons wurde in den Niederlanden geboren. Nach einem Studium und der Assistenzzeit in seinem Heimatland absolvierte er seinen Facharzt für Neurochirurgie in Münster. 2001 gründete er die **Neurochirurgische Praxis Drs. Patrick Simons** in der Mediapark Klinik in Köln.

RÜCKENSCHMERZEN

WAS STECKT DAHINTER?

Ein Ratgeber für die Behandlung von Bandscheibenvorfällen

23,80 Euro
dp-verlag/
Drs. Patrick Simons
Köln 2018
ISBN:
978-3-943587-19-7



RÜCKENSCHMERZEN
WAS STECKT DAHINTER ?

Ein Ratgeber für die Behandlung von Bandscheibenvorfällen

Bestellen Sie jetzt unter www.health365.de
per Fax: 0221-9 40 82 11 | per Mail: bestellungen@orthopress.de