

Orthopädie 17.11.2014

Wenn die Wirbelsäule quält

- Artikel
- **Lesenswert (8)**
- **Drucken**
- **Leserbrief** 17.11.2014



Wien. (gral) Die Wirbelsäule ist die wichtigste Stütze unseres Körper. Um reibungslos funktionieren zu können, muss sie allerdings regelmäßig bewegt werden. Doch die immer weiter um sich greifende Bewegungsarmut - sowohl im Büro als auch in der Freizeit - führt dazu, dass nicht nur fast ein Viertel der Krankenstände praktisch auf sie zurückgeführt werden können, sondern auch immer mehr Kinder an Rückenproblemen leiden. Schon bei den Acht- bis Neunjährigen sind schmerzhaft Verspannungen ein Thema.

"Die wichtigste Therapie bei Rückenbeschwerden bleibt die Bewegung", stellte der Wiener Orthopäde Ronald Dorotka am Montag im Vorfeld der kommenden Jahrestagung der Österreichischen Gesellschaft sowie des Berufsverbands der Fachärzte für Orthopädie und orthopädische Chirurgie fest. Demnach stellt er auch die konservative Therapie in den Mittelpunkt der Behandlungsmöglichkeiten. "Nur 20 Prozent der Beschwerden stehen tatsächlich im Zusammenhang mit der Bandscheibe", so Dorotka.

Konservative Methoden

Bei langem Sitzen, also einseitiger starrer Belastung, können die kleinen Gelenke der Wirbelsäule mit Entzündungen und Schmerzen reagieren. Dieser Schmerz gilt für gewöhnlich als Warnsignal des Körpers und zeigt an, wann ein Wechsel der Sitzposition angebracht ist. Wird dies missachtet, verspannt sich die Muskulatur, und die Muskelzellen sind schlechter durchblutet. Auf Dauer führt dies zu chronischen Rückenbeschwerden.

Hier können konservative Methoden wie Manualtherapie, Bewegungstherapie, aber auch Schmerztherapie oder gezielte Infiltrationen Abhilfe schaffen, betonte Dorotka. Die Jahrestagung versucht, diesen Zweig der Orthopädie herauszugreifen, widmet sich aber auch den operativen Behandlungsmöglichkeiten.

http://www.wienerzeitung.at/themen_channel/wissen/mensch/708352_Wenn-die-Wirbelsaeule-quaelt.html