

Beirätin Prim. Univ. Doz.
DDR. Susanne Asenbaum-
Nan, Leiterin der Abteilung
für Neurologie am
LK Amstetten und
LK Mauer (NÖ)



CHRONISCH
KRANK

Österreich

Seit fünf Monaten Rückenschmerzen – was tun?

Ingrid B.: „Ich leide an immer wieder kehrendem Rückenweh. Mein Hausarzt sagt, es sei bereits chronisch. Außerdem verschreibt er mir Schmerzmittel, die nur kurzfristig helfen. Gibt es nicht effektivere Methoden, die heilen und nicht nur lindern? Bisher gehe ich mit mäßigem Erfolg zur Massage. Betruhe und Wärme helfen teilweise.“

Prim. Univ. Doz. DDR. Susanne Asenbaum-Nan: Kreuzschmerzen sind eine Volkskrankheit, klagen doch bis zu 70 Prozent der Erwachsenen darüber. Tritt innerhalb von 12 Wochen keine Besserung auf, besteht die Gefahr der Chronifizierung.

Die Ursachen der Beschwerden sind vielfältig: Einerseits mechanisch bedingt zum Beispiel durch Bandscheibenvorfälle oder bei degenerativen Veränderungen der knöchernen Strukturen, andererseits im Rahmen von entzündlichen Erkrankungen usw.

Bei akuten Kreuzschmerzen ist die Erfassung der „red flags“ wichtig: Dazu zählen unter anderem eine Lähmung im Bein- und Fußbereich, eine Blasenfunktionsstörung, Fieber und nächtlich betonte Schmerzen – in diesen Fällen ist rasche Ursachenforschung gefragt.

Um einer Chronifizierung vorzubeugen, sollten bei fehlender Besserung von Rückenschmerzen ab der 6. Krankheitswoche die „yellow flags“ – Depressionen, Stress, passiver Lebensstil, Übergewicht, Unzufriedenheit am Arbeitsplatz, Vermeidungsverhalten – beachtet werden.

Bei chronischen Kreuzschmerzen ist die Beratung und Aufklärung der betroffenen Patienten sowie eine längerfristige Therapie besonders wichtig. Aufgrund der vielfältigen Behandlungen ist dafür ein multidisziplinäres Betreuungsteam notwendig:

Medikamentös kommen meist Antirheumatika und Antidepressiva sowie für einen begrenzten Zeitraum schwach wirksame Opioide in Frage. Zusätzlich werden Behandlungen wie Ausdauer- und Kraft- bzw. Körperwahrnehmungstraining sowie Psychotherapie eingesetzt. Angepeilt wird ein aktives, körperliches und psychologisches Programm, im Vordergrund sollte aber eine kontrollierte Bewegungstherapie stehen.

Von psychologischer Seite sind verhaltenstherapeutische Maßnahmen zu empfehlen, ebenso Verfahren zur Muskelentspannung.

Das Ziel ist die Erhaltung der körperlichen Funktionalität, die Verbesserung der Lebensqualität und Wiedereingliederung in den Arbeitsprozess.

Wer Fragen stellen möchte, richtet diese an: Verein Chronisch-Krank®, Kirchenplatz 3, 4470 Enns, ☎ 07223/82667, E-Mail: kronerubrik@chronischkrank.at



Univ.-Prof.
Dr. Reinhard
Windhager

Der Tumor lässt sich zielgenau bestrahlen

Jeder dritte Österreicher erkrankt an Krebs. Ein Großteil dieser Betroffenen entwickelt im Laufe des Leidens zudem Schwellungen im Bereich der Wirbelsäule. Diese Tumore können nicht immer operativ entfernt werden.

Oft ist dann Bestrahlung das Mittel der Wahl. Je punktgenauer das kranke Gewebe getroffen wird, desto besser ist der Erfolg. Statt Röntgen- kommen daher Protonenstrahlen zum Einsatz. Ihr „Weg“ in den Körper – und zum Tumor – ist nämlich sehr gut zu kontrollieren. Ein wichtiger Aspekt, denn so wird die Strahlendosis eben nur auf das kranke Gewebe gerichtet.

Wenn jedoch im Körper Implantate aus Metall vorhanden sind, kann diese Bestrahlung nicht so zielgerichtet erfolgen, wie es für eine gute Behandlung notwendig wäre. Denn: Das Metall lenkt ab. Je tiefer ein Tumor im Körper sitzt oder von empfindlichen Organen umgeben ist, desto schwieriger ist es, punktgenau zu bestrahlen. Durch die Ablenkung kann auch gesundes Gewebe um den Tumor von der Bestrahlung getroffen werden. Das kann Schäden verursachen!

Ein neues Produkt der Schweizer Firma Icotec sind Implantate, die diese Strahlen durchlassen. Sie bestehen aus Carbon Peek und sind gleich stabil wie aus Titan. Außerdem gelten sie als sehr gut verträglich. Damit haben Krebspatienten bessere Chancen auf eine wirksame Therapie. Sie werden bereits erfolgreich bei Operationen an der Wirbelsäule im AKH Wien eingesetzt.

Univ.-Prof. Dr. Reinhard Windhager ist Leiter der Universitätsklinik für Orthopädie am AKH Wien.