

# Operiert wird nur in den seltensten Fällen

„Neues zur Volkskrankheit **Rückenschmerz**“ ist das DZ-Forum am 15. Mai im Dürener Krankenhaus überschrieben. Vorbeugung, Diagnose und Therapie.

VON STEPHAN JOHNNEN

**Düren.** Rückenschmerzen sind unser ständiger Begleiter. Das sagt die Statistik: Etwa vier Fünftel aller Menschen haben mindestens einmal im Leben Beschwerden an der Wirbelsäule. Während Bandscheibenvorfälle, Brüche und Entzündungen schnell als Ursache erkannt werden und die Therapie beginnen kann, sind es überwiegend

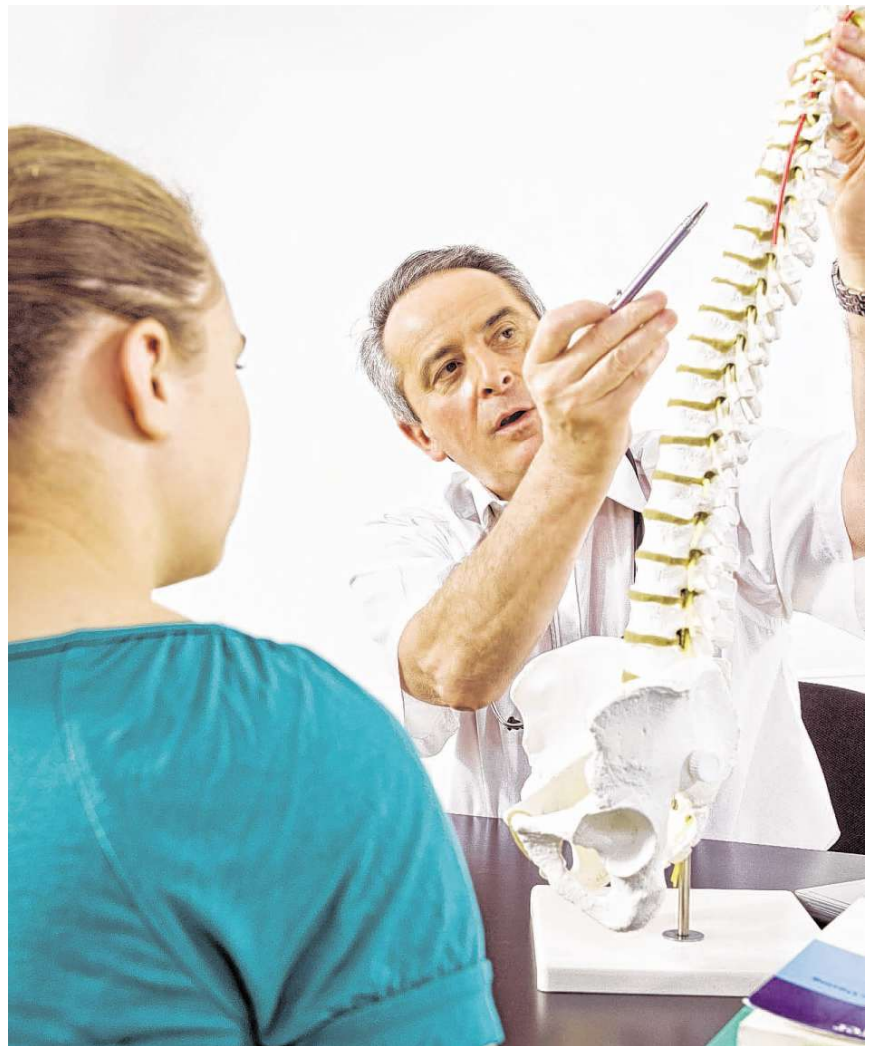
nächst gibt Daniel Schmidt, Oberarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädische Chirurgie am Krankenhaus Düren, einen Überblick über Möglichkeiten der Vorbeugung. Anschließend geht der leitende Oberarzt Dr. Michael Alefeld auf die Diagnostik ein, bevor Chefarzt Dr. Bertram Barden die Therapiemöglichkeiten vorstellt. Anschließend beantworten die Experten Fragen unserer Leser.

Eines gleich vorweg: Operiert werde nur in den seltensten Fällen, erklärt Dr. Bertram Barden. Die Zahl der operativen Eingriffe liege bei unter einem Prozent der Gesamtfälle. Wenn es doch zu einer Operation komme, gebe es dank neuer Techniken und sogenannter minimalinvasiver Eingriffe nur kleine Narben.

Bevor es jedoch um die Therapie geht, muss eine Diagnose gestellt werden. Um gerade bei unspezifischen Rückenschmerzen den Ursachen auf den Grund zu gehen, bilden Orthopäden, Schmerztherapeuten, Physiotherapeuten, Neurologen und Psychologen im Krankenhaus Düren ein Team, erklärt Chefarzt Barden. „Wenn alle Kollegen der einzelnen Fachrichtungen von Anfang an zusammenarbeiten, bekommen wir eine saubere Diagnose“, sagt Barden. Oder anders formuliert: Für den Patienten sollen Umwege bei Diagnose und Therapie sowie Verzögerungen so gering wie möglich gehalten werden. „Sackgassen“ in der Therapie sollen vermieden werden.

Oftmals haben Rückenschmerzen mehrere Ursachen – und auch zur Therapie werden mehrere Wege eingeschlagen, mehrere Ansätze miteinander kombiniert.

„Es gibt keine allgemeingültige Lösung“, sagt Barden. So individuell der



Unser Rücken muss viel aushalten – und manchmal muten wir ihm mehr zu als er tragen kann. Beim nächsten DZ-Forum „Medizin hautnah“ geht es um das Thema Rückenschmerzen. Foto: Stock/Emil Umdorf

DZ-SERIE

► FORUM  
MEDIZIN  
HAUTNAH

sogenannte unspezifische Schmerzen, die Patienten plagen – und Ärzte bei Diagnose und Behandlung herausfordern. Haltungsschäden, Überbelastung, fehlende Bewegung sowie soziale und psychische Gründe können Auslöser sein. Ursachen, die in vielen Fällen nicht offensichtlich sind. Was tun? Wie den Schmerzen auf den Grund gehen? Und wie lässt sich vorbeugen?

Diese drei Fragen stehen im Mittelpunkt des nächsten DZ-Forums „Medizin hautnah“ im Dürener Krankenhaus. „Neues zur Volkskrankheit Rückenschmerz“ ist das Forum überschrieben, zu dem die DZ, das Krankenhaus Düren und die AOK für Donnerstag, 15. Mai, ab 19 Uhr ins Foyer der Klinik an der Roonstraße einladen. Gäste können den Parkplatz des Krankenhauses kostenlos nutzen. Zu-



Rückenschmerzen: Dr. Bertram Barden (L) und Daniel Schmidt sprechen in unserem Forum „Medizin hautnah“ über Therapie und Vorbeugung. Foto: Johnen

Schmerz sei, so individuell müsse auch die Therapie den Bedürfnissen einzelner Patienten angepasst werden: von der Krankengymnastik bis hin zu einer Wärme-/Kältebehandlung und Medikamenten.

Damit es erst gar nicht zu Schmerzen kommt, stellt Daniel Schmidt in seinem Vortrag Möglichkeiten vor, vorbeugend aktiv zu werden. „Rückenschmer-

„Rückenschmerzen gehören zu den häufigsten Gründen bei Arbeitsunfähigkeit.“

DR. BERTRAM BARDEN

zen gehören zu den häufigsten Gründen bei Arbeitsunfähigkeit“, ordnet Chefarzt Bertram Barden

und seinem Rücken etwas Gutes zu tun, sagt Daniel Schmidt. Wer abends Entlastung auf der Couch sucht, tut seinem Rücken damit nicht unbedingt einen Gefallen, gibt er zu bedenken.

Er empfiehlt stattdessen Ausdauersportarten, die nicht so sehr die Gelenke belasten, Nordic-Walking und lange Spaziergänge am Feierband. Auch Muskelaufbau gehört dazu. „Wer Rückenschmerzen vorbeugen möchte, muss dabei auch seine Bauchmuskeln trainieren“, erklärt Schmidt. Für Menschen, die viel Zeit am Schreibtisch verbringen, wird er beim Medizinforum einige Übungen vorstellen, die in nur wenigen Minuten für Entspannung sorgen.