

Presseinformation

Tag der Rückengesundheit am 15. März: Marianowicz Medizin beklagt zu viele Bandscheiben-OPs in Deutschland und empfiehlt zweite Meinung

- Über 80 % aller Rückenoperationen sind überflüssig
- Zusammenhang von Physis und Psyche zu wenig beachtet
- Multimodale Schmerztherapie fast immer wirkungsvolle Alternative zur OP
- Rückenexperte Dr. Willibald Walter: „Bewusstsein für die Wichtigkeit eines gesunden Rückens bei Alt und Jung muss gestärkt werden!“

(München, März 2024) Sie sind die Volkskrankheit Nummer 1 in Deutschland: Rückenschmerzen. Über 90 % der Bevölkerung sind im Laufe des Lebens davon betroffen, Tendenz steigend. Denn im Zeitalter von Büroalltag und Smartphone statt körperlicher Arbeit und Bewegung bringen wir unsere Körper immer früher in Fehlhaltungen und Disbalancen – sogar schon bei Kindern. Akute und chronische Schmerzen sowie Bandscheibenvorfälle sind die Folge. Und die werden paradoxerweise immer häufiger operiert, obwohl es mittlerweile zum Common Sense gehört, dass 80 % aller Rückenoperationen vermeidbar sind und konservativ wirkungsvoller behandelt werden können. Dr. Willibald Walter, Ärztlicher Leiter der Orthopädie im Marianowicz Medizin Zentrum für Diagnose & Therapie in München: „Die Entscheidung für eine OP am Rücken fällt oft anhand von CT- oder MRT-Bildern – aber das ist genau der falsche Diagnostikansatz. Oft leiden Patienten unter starken Schmerzen, obwohl die Bildgebung keinen Befund ergibt, und andere Patienten sind schmerzfrei, obwohl die Bilder starke degenerative Erkrankungen diagnostizieren. Wir raten deshalb Patienten, denen eine OP empfohlen wird, immer zu einer Zweitmeinung. In der Regel können sie auch ohne OP von ihren Schmerzen befreit werden. Eine wirkungsvolle Möglichkeit ist die multimodale Schmerztherapie, die physische und psychische Zusammenhänge der Schmerzerkrankung berücksichtigt.“

Bilder allein werden komplexen Rückenschmerzen nicht gerecht, da hier zahlreiche Faktoren wie die Vorgeschichte und Lebensumstände mit hineinspielen. „Wir behandeln Menschen, keine Bilder. Deshalb ist für uns das wichtigste Werkzeug der Diagnostik immer noch das Gespräch mit den Patienten und Zeit dafür“, so Walter. Erst dann erfolgt

die multifaktorielle Diagnostik, um die bestmögliche Therapieform auszuwählen. Und die ist in den seltensten Fällen eine Operation.

Zusammenhang von Rückenschmerzen und Psyche

Denn das Schmerzempfinden ist so individuell wie wir Menschen. Deshalb ist die Bildgläubigkeit der Medizin am Rücken laut den Spezialisten von Marianowicz Medizin für die konservative Behandlung von Leiden am „Kreuz“ verheerend. „Wer glücklich ist, hat ein völlig anderes Schmerzempfinden als Menschen, die von Kummer geplagt sind. Deshalb ist es wichtig, bei der Therapie die psychische Situation und Lebensumstände ebenso zu berücksichtigen wie den degenerativen Befund. Denn der Körper arrangiert sich in der Regel mit schmerzauslösenden Faktoren. Und ein Bandscheibenvorfall heilt in der Regel innerhalb von sechs Wochen von allein aus. Wichtig ist es, den Patienten gut durch die Phase des akuten Schmerzes zu bringen – oder chronische Patienten dauerhaft von Schmerzen zu befreien oder diese in einem Maß zu lindern, dass die Betroffenen wieder ein befreites Leben führen können.“

Multimodale Schmerztherapie

Ein wirkungsvoller Ansatz, der bei Patienten mit starken Schmerzen in der Orthopädie von Marianowicz Medizin zum Einsatz kommt, ist deshalb die multimodale Schmerztherapie. Zum einen werden hier im Rahmen der interventionellen Schmerztherapie minimalinvasive Verfahren ambulant und unter örtlicher Betäubung durchgeführt. „Im Vergleich zu Operationen sind die Komplikationsraten hier deutlich niedriger und der Körper ist nicht dem Stress eines operativen Eingriffs ausgesetzt“, so Walter. Zum anderen berücksichtigt sie den psychischen Aspekt. „Die Wirbelsäule ist das Bindeglied zwischen dem Nervensystem und unserem Körper. Deshalb können Stress und Anspannung Schmerzen auslösen – und Schmerz ist immer das, was in unserem Kopf ankommt. Deshalb ist die psychologische Komponente genauso wichtig wie die physische. Die multimodale Schmerztherapie berücksichtigt dies.“ Aus diesem Grund kommen hierbei ergänzend Entspannungstechniken wie PMR (Progressive Muskelrelaxation), Meditation, Selbsthypnose oder Biofeedback zum Einsatz und unterstützen dabei, dem Patienten ganzheitlich zu helfen.

Individuelle Therapie nach Stufenplan

Bei weniger starken Schmerzen kommen bei Marianowicz Medizin gemäß einem Stufenplan noch sanftere Formen zum Einsatz – ganz getreu dem Motto: „So wenig wie möglich, so viel wie nötig“. So können in Stufe 1 bereits Physiotherapie, Manualtherapie, Muskelkräftigungstherapie oder Akupunktur helfen. In Stufe 2 kommen, individuell dosiert, Schmerzmittel zum Einsatz, oral oder als Infusion. Die dritte Stufe umfasst in der Regel bildwandlergestützte Injektionen an der betroffenen Nervenstelle, auch mittels Eigenblut. In Stufe 4 werden dann interventionelle Verfahren angewandt, die – in Stufe 5 – dann im Rahmen der multimodalen Schmerztherapie mit psychologischen Ansätzen kombiniert werden. In Stufe 6 wird diese im stationären Umfeld umgesetzt. Dr. Willibald Walter: „Erst wenn diese 6 Stufen nicht reichen, macht eine Operation wirklich Sinn und diese Fälle gibt es auch, sie machen aber nur rund 10 - 20 % aller Fälle bei Rückenschmerzen aus.“

Zweite Meinung wichtig

Sollte ein Patient eine Operation verordnet bekommen, empfiehlt Marianowicz Medizin immer eine zweite, unabhängige Meinung von einem anderen Facharzt. „Man sollte die Tragweite von Bandscheibenoperationen nicht unterschätzen, was die Ausfallzeit angeht und auch in puncto Wirksamkeit. Bis zu 40 % der Operierten klagen auch nach Abheilen weiter über Schmerzen. Man spricht dann vom Failed Back Surgery Syndrome. Oft landen solche Patienten dann bei uns und in der Regel können wir genau hier mit unserem Stufen-Behandlungsplan erfolgreich ansetzen.“

Vorsorgen ist besser als heilen

Wichtig ist es laut Marianowicz Medizin aber vor allem, dass die Menschen ein Bewusstsein für einen gesunden Rücken entwickeln. Sport und ausreichend Bewegung, gesunde Ernährung und – wie auch zum Beispiel in der Krebsvorsorge – regelmäßige Check-ups. Dr. Walter: „Wir bieten quasi einen Körper-TÜV, bei dem wir die gesamte Statik des Patienten prüfen und so Fehlhaltungen und Disbalancen frühzeitig erkennen. So wird Rückenproblemen frühzeitig vorgebeugt.“ Das betrifft mittlerweile leider auch die Kleinsten. Über 50 % weisen nach einer Untersuchung des Zentrums an einer Schule bereits haltungsbedingte Rückeninstabilität auf und könnten die Rückenpatienten von morgen sein. „Wir appellieren deshalb an die Gesundheitspolitik, an Eltern und Alt und Jung, auf den Rücken zu achten. Er trägt uns buchstäblich durchs Leben und ist wichtig für ein gesundes, erfülltes Leben.“

Über Marianowicz Medizin:

Zeit für Gesundheit: Im Marianowicz Medizin Zentrum für Diagnose & Therapie in München fühlt sich das Team rund um den Ärztlichen Leiter Dr. med. Willibald Walter und Gründer Dr. med. Martin Marianowicz diesem Versprechen täglich verpflichtet. Im Fokus steht die nicht operative Behandlung akuter und chronischer Erkrankungen des gesamten Bewegungsapparates, von Erwachsenen wie von Kindern. Insgesamt sechs Fachärzte, sechs Fachangestellte und drei Sportwissenschaftler spannen den Bogen zwischen modernster multifaktoreller Diagnostik und innovativen Therapieformen auf Spitzenniveau: von orthopädischen Check-ups und Bodynostik (Bewegungslabor) über Kinderorthopädie bis hin zu interventionellen Schmerztherapien und Sportmedizin. Den ganzheitlichen Ansatz verdeutlicht die enge Zusammenarbeit mit Radiologie, Neurologie, Psychosomatik, Psychotherapie, Kardiologie, Gastroenterologie und Allgemeinmedizin unter einem Dach. Besonderer Wert wird auf einen Faktor gelegt, der heute nicht selbstverständlich ist: Zeit. So geht jeder Behandlung ein intensives Patientengespräch voraus, damit die individuell bestmögliche Therapie eingeschlagen werden kann. Das Zentrum gehört zur ATOS Gruppe mit insgesamt zwölf stationären Kliniken, 24 ambulanten Standorten und der Holding-Gesellschaft in München und zählt damit zu den führenden Unternehmen in der orthopädischen Spitzenmedizin. www.marianowicz.de

Pressekontakt

Deutscher Pressestern®

Bierstadter Str. 9 a

65189 Wiesbaden

www.deutscher-pressestern.de

Benno Adelhardt

E-Mail: b.adelhardt@public-star.de

Tel.: +49 611 39539-20