

Stoßdämpfer defekt – Was tun bei Bandscheibenleiden?

Rückenschmerzen zählen zu den häufigsten Beschwerden in den Industrienationen. Etwa 75 Prozent aller Menschen jeder Altersgruppe leiden ständig oder gelegentlich darunter. Oft gehen die Schmerzen von den Stoßdämpfern der Wirbelsäule aus – den Bandscheiben. Werden sie längere Zeit falsch belastet, kann es zu einem schmerzhaften Bandscheibenvorfall kommen. Betroffen sind vor allem Menschen zwischen 30 und 50 Jahren, aber die Zahl der unter 30-Jährigen nimmt stetig zu.

Die Bandscheibe ist eine knorpelige Verbindung zwischen den einzelnen Knochensegmenten der Wirbelsäule. Als Verbindungsglieder stabilisieren die Bandscheiben die Wirbelsäule. Sie bestehen aus einem Ring aus Faserknorpel, der als Stoßdämpfer dient. Dieser Effekt wird noch verstärkt durch einen gallertartigen Kern in der Mitte der Bandscheibe. Bei Druck verflacht sich dieser Kern ähnlich wie ein Wasserkissen, bei Entlastung kann er sich wieder zusammenziehen. In dem Moment, in dem die Wirbelsäule belastet wird, drückt der Knochen deshalb nicht auf Knochen, sondern auf die Bandscheibe, die die Last zwischen den Wirbeln verteilt.

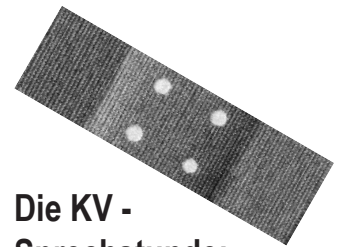
Nach Verletzungen oder Erkrankungen kann der Ring aus Faserknorpel Schaden nehmen. Wölbt er sich zum Rückenmarkskanal hin vor, spricht man von einer Bandscheiben-vorwölbung. Tritt der gallertartige Kern aus und drückt auf das Rückenmark, liegt ein so genannter Bandscheibenvorfall vor. Ein Bandscheibenvorfall tritt meistens an der Lendenwirbelsäule auf. Die Betroffenen sind in der Regel zwischen 30 und 50 Jahre alt. In der Halswirbelsäule kommt ein Bandscheibenvorfall seltener und eher im Alter zwischen 40 und 60 Jahren vor. Dass ein Bandscheibenvorfall häufiger in fortgeschrittenen Alter auftritt, liegt an normalen Alterungsvorgängen der Bandscheibe: Der Gallertkern wird nach und nach durch Faserknorpel ersetzt. Die Bandscheibe verliert dadurch an Elastizität. Gleichzeitig wird der Faserknorpel brüchiger und kann daher eher einreißen. Im Alter nutzen sich zudem die Wirbelgelenke ab und führen häufig zu Knochenneubildungen, die ebenfalls den Wirbelkanal einengen können.

Ursachen

Mögliche Ursachen für einen Bandscheibenvorfall sind:

- Übergewicht
- Bewegungsmangel
- chronische oder plötzliche Überbelastung bei einer vorgeschädigten Bandscheibe (z.B. falsches Heben von schweren Gegenständen)
- Fehlhaltung oder Fehlbelastung über mehrere Jahre
- angeborene Bindegewebsschwäche

Fortsetzung ►



**Die KV -
Sprechstunde:**

**Am letzten Dienstag
im Monat um 18 Uhr**

Fortsetzung von Seite 1

Symptome eines Bandscheibenvorfalls

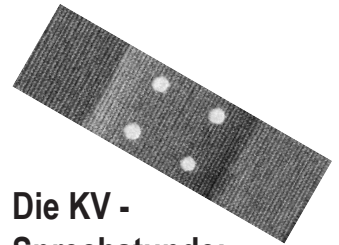
Nicht jeder Bandscheibenvorfall muss zwangsläufig Beschwerden verursachen. Wenn jedoch im Rahmen eines Bandscheibenvorfalls Beschwerden auftreten, so sind sie in erster Linie auf die Verlagerung des Gallertkernes der Bandscheibe zurückzuführen, der auf einzelne Nervenwurzeln, auf Nervenfaserbündel im Bereich der Lendenwirbelsäule und / oder das Rückenmark drückt.

Druck auf Nervenwurzeln löst intensive Schmerzen aus, die in Arme und / oder Beine hinein ausstrahlen können. In diesem Zusammenhang können auch Gefühlsstörungen wie Kribbelgefühl oder Taubheit auftreten.

Bei Bandscheibenvorfällen mit Druck auf das Rückenmark können im Bereich der Lendenwirbelsäule beispielsweise Blasenlähmungen hervorgerufen werden. Auch Lähmungen der Beinmuskulatur sind möglich.

Bei einem Druck gegen das Nervenfaserbündel, den so genannten „Pferdeschweif“ (Cauda equina) treten Symptome wie fehlende Beherrschung der Blasen- und Mastdarmfunktion, Sensibilitätsstörungen im analen und / oder genitalen Bereich und an der Innenseite der Oberschenkel, unter Umständen verbunden mit einer Lähmung der Beine, auf.

Bei der Suche nach einem Orthopäden in Ihrer Nähe hilft Ihnen auch die Kassenärztliche Vereinigung Berlin weiter: Unter der Nummer 31 00 32 22 erreichen Sie unseren Gesundheitslotsendienst.



**Die KV -
Sprechstunde:**

**Am letzten Dienstag
im Monat um 18 Uhr**