

Chronische Rückenschmerzen: Ursachen statt Symptome behandeln

In Deutschland leiden etwa 80 % bis 90 % der Bevölkerung mindestens einmal in ihrem Leben an Rückenschmerzen. Immer häufiger sind auch Kinder davon betroffen. Die Formen und Ursachen sind vielfältig, oft wird kein zufrieden stellender Grund gefunden. Die Osteopathie kann hier meist helfen. Mit ihrem ganzheitlichen Ansatz deckt sie Zusammenhänge auf, nach denen die Schulmedizin oft nicht sucht und kann so helfen, Schmerzen zu lindern oder zu beheben.

Unsere Wirbelsäule ist eine faszinierende Konstruktion. Mit ihren Wirbelkörpern umschließt sie das Rückenmark wie Kettenglieder eine Schnur. Dabei trägt sie als Achse unseres Körpers Kopf, Arme und Rumpf und ermöglicht uns die aufrechte Körperhaltung. Ihr doppelt-s-förmiger Aufbau macht sie biegsam genug um Bewegungen wie Drehen oder Beugen zu erlauben und große Belastungen zu kompensieren. Bandscheiben, die jeweils zwischen den Wirbeln liegen, schützen sie vor Stößen und Erschütterungen.

Als zentrale Struktur unsere Körpers steht die Wirbelsäule über Muskeln, Bänder, Sehnen und Rückenmarksnerven mit allen anderen Bereichen des Körpers in Verbindung. Entsprechend weitreichend können sich Beschwerden auswirken. Sind zum Beispiel Nerven im Wirbelbereich eingeklemmt, können Schmerzen bis in die Arme oder Beine ausstrahlen, wie etwa beim Ischiasschmerz. Bandscheibenvorfälle in der Halswirbelsäule können gar die Blasen- und Darmfunktion beeinträchtigen.

Die Verbindung der Wirbelsäule zu anderen Bereichen des Körpers ist aber keine Einbahnstraße. Innere Organe können beispielsweise durch bloße Zugwirkung Rückenschmerzen verursachen. So ist das Sigmoid, ein Teil des Dickdarms, über ein Gewebsnetz an der Bandscheibe zwischen dem vierten und fünften Wirbel befestigt. Ist der Darm stets überlastet oder gereizt, nimmt seine Beweglichkeit ab. Dadurch entsteht eine Zugwirkung auf die Bandscheibe, die deren Vorwölbung bewirken und schlimmstenfalls den Ischiasnerv einengen kann. Auch die Gebärmutter kann, abhängig von Größe und Lage, einen Zug auf die Wirbelsäule ausüben. Deshalb leiden in der Schwangerschaft, aber auch während der Periode, wenn das umliegende Gewebe durch die hormonelle Umstellung gelockert ist, viele Frauen an Kreuzschmerzen. Wird die Gebärmutter entfernt, kann die Senkung der restlichen Bauchorgane oder die Operationsnarbe ebenfalls zu Rückenschmerzen führen.

Behandelt man symptombezogen nur die Schmerzen und nicht deren Ursachen, kehren die Rückenschmerzen immer wieder. Anders in der Osteopathie, denn hier spielen Symptome keine Rolle. Was für den Patienten erst einmal irritierend klingen mag, ist ein großer Vorzug der sanften, manuellen Medizin. Denn die Osteopathie sucht nach den Ursachen von Beschwerden und diese können, wie die aufgeführten Beispiele zeigen, weit von der Wirbelsäule entfernt liegen. Deshalb untersucht der Osteopath auch bei Rückenschmerzen immer den gesamten

Körper des Patienten. Nur so lassen sich mögliche Ursachen und deren Wechselwirkungen ermitteln.

Gerade bei chronischen Rückenschmerzen erweist sich die Osteopathie als sehr erfolgreich. Denn für 90 % der chronischen Fälle findet die Schulmedizin keine eindeutigen Ursachen. Beschwerden werden dann meist auf Bewegungsmangel, angeborene oder erworbene Haltungsschäden, Übergewicht, eine schwache Muskulatur, einseitige oder falsche Belastungen, altersbedingte Abnutzungserscheinungen sowie psychische Faktoren zurückgeführt.

Dem Osteopathen reichen solche allgemeinen Befunde nicht. Geben Anamnese, bildgebende Verfahren und Laborwerte keine eindeutigen Hinweise, untersucht er Haltung, Bewegung und Beweglichkeit der Wirbelsäule und aller umliegenden Strukturen. Aufgrund seiner jahrelangen Ausbildung kennt er Aufbau und Funktion des menschlichen Organismus sehr genau und weiß um die möglichen Zusammenhänge zwischen Rückenschmerzen und Funktionsstörungen in anderen Körperregionen. So begibt er sich auf die Suche nach den individuellen Ursachen der Rückenschmerzen, die bei jedem Patienten woanders liegen können. Für die Untersuchung und Behandlung verwendet der Osteopath ausschließlich seine Hände. Mit ihnen kann er den Spannungen im Gewebe folgen und sich zu den Ursachen der Schmerzen führen lassen. Oft sind dies Funktionsstörungen, die er als Bewegungseinschränkungen ertasten kann. Um diese zu behandeln versucht der Osteopath die eingeschränkte Bewegung wiederherzustellen, damit die betroffene Struktur ihre Funktion wieder ausführen kann. Nicht selten lösen sich die damit einhergegangenen Rückenschmerzen dann von selbst auf.

Trotz solcher Erfolge ist die Osteopathie kein Allheilmittel. Schwere Leiden wie Wirbelbrüche, Gleitwirbel, Bandscheibenvorfälle, rheumatische und schwere internistische Erkrankungen gehören zunächst in die Obhut eines Arztes. Hier kann die Osteopathie die Schmerzen allenfalls lindern und so eine schulmedizinische Behandlung sinnvoll ergänzen.

Der Gang zum Osteopathen lohnt sich dennoch oft, gerade bei chronischen Rückenschmerzen. Sie zu lindern ist auch volkswirtschaftlich wichtig. Immerhin gehören Rückenschmerzen zu den häufigsten Ursachen für Arztbesuche und wird jeder zweite Antrag auf Frührente wegen Beschwerden an der Wirbelsäule gestellt.