

Seit 1883



KfN report

Aktuelles aus dem Krankenhaus für Naturheilweisen
 Fachklinik für Innere Medizin, Naturheilverfahren und Homöopathie

Volkskrankheit Rückenschmerz

Fast jeder leidet mindestens einmal im Leben daran. Bei jedem dritten Deutschen werden Schmerzen im Bereich der Wirbelsäule chronisch. Sie gehören zu den häufigsten Gründen für Klinikeinweisungen.

Die einzelnen Wirbelsäulenabschnitte sind unterschiedlich stark belastet und machen deshalb auch unterschiedlich oft Beschwerden: die Lendenwirbelsäule zu 62%, die Brustwirbelsäule zu 2% und die sensible Halswirbelsäule zu 36%.

In vielen Fällen lassen sich die Schmerzen nicht sicher einem bestimmten Krankheitsbild zuordnen. Selbst die Aussagekraft von Röntgenbildern und Computertomogrammen, die man lange für eindeutige Diagnoseinstrumente hielt, ist eingeschränkt, weil objektiv feststellbare Veränderungen an der Wirbelsäule und subjektiv empfundene Rückenschmerzen keineswegs immer zusammenpassen.

Auch wenn ursächliche Faktoren diskutiert werden wie regelmäßige Fehlhaltungen, Bewegungsmangel, Übergewicht, körperliche Schwerarbeit oder seelische Überlastung, weiß man bis heute nicht genau, wie solche Beschwerden entstehen. Sie sind Ausdruck eines Teufelskreises aus Schmerz und Muskelverspannung.

Um Schmerzen zu verringern, verkrampft sich die Muskulatur, bis die Wirbelsäule „schief“ steht. Die andere Rückenseite wird belastet, der Rücken tut nun auch auf der bisher schmerzfreien Seite weh. Auch Nerven, die z. B. durch eine vorgewölbte Bandscheibe komprimiert werden,

verursachen Schmerzen. Der Organismus reagiert mit einer Anspannung der Muskulatur, wodurch wiederum andere Nerven gereizt werden.

Ebenso können sich seelische Belastungen auf die Muskeln übertragen und so den beschriebenen Prozess auslösen. Wird die Dynamik nicht durchbrochen, werden Schmerzen chronisch.

Aus moderner medizinischer Sicht sind Therapien, die auf Initiative und Bewegung des Patienten setzen, sehr viel effektiver als Schonung oder Operationen, will man diesem Teufelskreis entkommen.

Liebe Leser,

gegen chronische Rückenschmerzen gibt es kein Patentrezept. Die medikamentöse Unterdrückung von akuten Schmerzen und Entzündungen ist zwar hilfreich und notwendig, stellt aber keine definitive Lösung dar. Diese Ausgabe des KfN-reports soll Sie über Ansätze des multimodalen Behandlungskonzepts für Erkrankungen der Wirbelsäule in unserer Klinik informieren. Die Behandlung im KfN umfasst neben schulmedizinischen Maßnahmen eine Reihe bewährter komplementärer Verfahren aus der Naturheilkunde, vor allem aus der Physiotherapie, die am KfN ein außergewöhnlich breites Anwendungsspektrum hat.

Ihr
 Krankenhaus für Naturheilweisen



Fast jeder Mensch leidet mindestens einmal im Leben unter Rückenschmerzen. Bei jedem Fünften werden Rückenschmerzen sogar chronisch, d. h. die Schmerzen belasten den Patienten länger als ein halbes Jahr. Eine Beeinträchtigung der Lebensqualität und Arbeitsunfähigkeit können die Folge sein.

Sanft, dynamisch, effektiv

Die „Dynamische Wirbelsäulen-Therapie“ (DWTH) löst Probleme am Rücken ohne Krafteinwirkung und schmerzhaftes Knacken. Die zeitaufwändige Behandlungsmethode nach Ch. Horn ist eine Besonderheit der Physikalischen Abteilung am Krankenhaus für Naturheilweisen.

Das für den Patienten schonende Therapiesystem zur Behandlung verschiedener funktionsbedingter und statischer Veränderungen am Becken und an der Wirbelsäule hat die Physikalischen Abteilung am KfN überzeugt, denn man konnte beobachten, wie wirksam die „dynamische“ Wirbelsäulenbehandlung ist. Dynamisch heißt sie deshalb, weil sich der Patient während der Behandlung in Bewegung befindet, bäuchlings gelagert auf ein großes flexibles Kissen, das einerseits den Druck absorbiert und andererseits den Patienten in sanfte Schwingungen versetzt, als schwebte er im Wasser, sicher unterstützt von einer Luftmatratze. Der gesamte Körper des Patienten kann so beständig flexibel auf die Griffe des Therapeuten reagieren, ohne dessen Arbeit am Rücken als Schmerz zu empfinden. Als sanfte Alternative zur Chiropraktik kann diese Behandlung bestehende Blockaden auf sehr behutsame Art lösen. Ganz ohne Krafteinwirkung, Ruck und Knacken.

Am so „ent“-spannten Patienten werden nicht nur schmerzhafte Gelenkverbindungen der Wirbelsäule therapiert, sondern auch Blockierungen von Wirbeln gelöst. Zwei Grundsätze zeichnen diese Arbeit am Patienten aus: Zuerst muss Blockiertes am Bewegungssystem des Beckens und der Wirbelsäule erkannt und mobilisiert werden, um Überbewegliches, Kompensierendes und Schmerzhaftes zu entlasten. Erst wenn die Normalisierung der Beckenstatik erreicht wurde, kann an der Wirbelsäule gearbeitet werden. Dahinter steckt eine zeitaufwändige Therapie, denn zunächst ist eine ausführliche Analyse des Patienten und seines Bewegungsapparates erforderlich. In der Befunderhebung werden Funktionsprüfungen und Tests gemacht, um die Schmerzursache genau lokalisieren zu können. Das Becken als Fundament und tragender Teil des gesamten Gelenksystems muss stabil und im Lot sein, bevor die Physiotherapeuten am gesamten Rücken auch Brustwirbel sowie die emp-

findlichen Wirbel am Hals bearbeiten können.

Noch nie seien sie so ausgiebig und intensiv betrachtet und analysiert worden, sagen behandelte Patienten über ihre Erfahrungen mit der Dynamischen Wirbelsäulen-Therapie in der Physikalischen Abteilung am Krankenhaus für Naturheilweisen.



„DWTH“ im multimodalen Konzept

Kombiniert wird die „Dynamische Wirbelsäulen-Therapie“ im KfN immer, je nach ärztlicher Verordnung, mit Anwendungen aus dem Bereich der Hydro- und Bewegungstherapie, unterschiedlichen Entspannungstechniken, Wirbelsäulen- und Atemgymnastik.

Angezeigt ist die DWTH u. a. bei Blockaden im Bereich des Beckens und der Wirbelsäule, beim Baastrup Syndrom, Ischialgien, Neuralgien und Parästhesien wie auch Kopfschmerzen und Migräne. Kontraindikationen sind Osteoporose, Malignome und Tuberkulose. Die Patienten lernen, wie sie zu Hause mit individuell abgestimmten Übungs- und Haltungsprogrammen weiter selbst etwas dazu tun können, um Fehlstellungen langfristig entgegenzuwirken. Fehlbelastungen lassen sich so korrigieren und wieder zur gesunden und unbeschwerten Bewegung verändern.

Nach der Erfahrung der Physikalischen Abteilung im KfN sind vier Behandlungen auf dem Kissen ausreichend, um ein optimales Ergebnis zu erzielen.

Natürliche Schmerztherapie

Arthrose, Tumoren, degenerative und rheumatische Erkrankungen, aber auch Neuralgien und vegetative Dysregulationen sind mögliche Ursachen für chronische Rückenschmerzen. In der ganzheitlichen Schmerztherapie im KfN hat sich eine Kombination aus wissenschaftlicher Medizin und verschiedenen natürlichen Therapieelementen bewährt.

Die Heilkraft aus Pflanzen wie der Teufelskralle und der Weidenrinde kann zunehmend in der modernen Komplementärmedizin für eine phytotherapeutische Behandlung rheumatischer und anderer Beschwerden des Gelenksystems genutzt werden. In den letzten Jahren wurden für eine Reihe von Heilpflanzen in kontrollierten Studien signifikante analgetische und antiphlogistische Effekte dokumentiert. Zu diesen nebenwirkungsarmen und budgetgünstigen Phytopharmaka, die sich als interessante Therapieergänzungen oder sogar als Behandlungsalternativen herausgestellt haben, zählen besonders *Harpagophytum procumbens* (Teufelskralle) oder *Salicis cortex*, die Weidenrinde.

Der Einsatz von Teufelskrallenextrakt rechtefertigt bei degenerativen Beschwerden des Bewegungsapparates eine Monotherapie, soweit die Beschwerden nicht bereits übermäßig ausgeprägt sind. Ansonsten zeigt sich die Wirksamkeit auch in Kombination mit einem nichtsteroidalen Antirheumatikum, dessen Dosis dann oft stufenweise reduziert werden kann. Der Heilpflanzenextrakt der stark salizinhaltigen Weidenrinde, seit Hippokrates in der Behandlung von Rheuma Gicht und Fieber bewährt, wirkt nachweislich entzündungshemmend und schmerzlindernd.

In der naturheilkundlichen Schmerztherapie im KfN werden auch „Ausleitende Verfahren“ wie u.a. das Schröpfen angewandt.

Die Schröpfbehandlung war schon in der Antike ein bekanntes Heilverfahren. Die Schröpfköpfe werden entweder „trocken“ oder durch vorhergehendes Einritzen der Haut „blutig“ aufgesetzt. Durch den so erzeugten Bluterguss und die Reizung der betroffenen Stelle sollen körpereigene Reparaturmechanismen angeregt werden. Schröpfen kann die Mikrozirkulation verbessern, die Muskulatur und – über Reflexbahnen – innere Organe entlasten und schmerzlindernd wirken.



Diagnostik und Naturheilkunde

Jeder Rückenschmerz muss nach einem konsequenten Untersuchungsplan abgeklärt werden. Die Diagnostik am KfN umfasst beim Patienten neben laborchemischen und bildgebenden Verfahren auch einen ausführlichen Tastbefund der Gewebestrukturen („Fülle“, „Leere“) und Irritationszonen. Dieser Lokal-

befund, aber auch übergeordnete Zusammenhänge wie Stoffwechsel, Zustand von Verdauungsorganen und Muskelstruktur, ist für den Einsatz von genuinen Naturfaktoren, also natürlicher Lebensreize wie Licht, Bewegung, Nahrung, Heilpflanzen oder Wasser und Wärme, entscheidend.

Impressum

• **Herausgeber**
Krankenhaus für Naturheilweisen
Seybothstraße 65
D-81545 München-Harlaching
Telefon (089) 625 05-0
Telefax (089) 625 05-430/460
www.krankenhaus-naturheilweisen.de
Ein Nachdruck der 4. Auflage von 2006.