

Wenn der Rücken schmerzt und die Beine versagen

Rückenschmerzen – das kennt jeder. Doch wenn man die Schmerzen bereits seit langer Zeit hat und diese vor allem im unteren Rücken auftreten oder sogar bis in die Beine strahlen, dann kann dies ein Hinweis auf einen Bandscheibenvorfall oder eine Spinalkanalstenose sein. Spinalkanalstenose bedeutet so viel wie „eigeklemmter Nerv im zu engen Wirbelkanal“. Die Erkrankung tritt z.B. durch Abnutzungserscheinungen im Alter, durch Osteoporose, Bewegungsmangel oder Veranlagung auf.

Über dieses Thema sprechen wir mit Dr. Noe, Leitender Arzt in der WolfartKlinik und Rückenspezialist. Er kennt die typischen Anzeichen und die Behandlungsmöglichkeiten.

Warum ist es ein Warnhinweis, wenn ich nur noch kurze Strecken gehen kann?

Also, wenn bereits eine kurze Gehstrecke zur Qual wird, kann das der erste Hinweis auf einen zu engen Wirbelkanal sein. Normalerweise haben die Nervenstränge, die durch den Kanal in der Wirbelsäule verlaufen, ja genug Platz. Oftmals machen sich jedoch Wirbel, Bandscheiben oder Bänder breiter, als sie das sollten. Am häufigsten wird es in der Lendenwirbelsäule zu eng. Die Nerven, die sich hier befinden, steuern die Muskulatur, die für die Beine verantwortlich sind. In der Folge werden diese Nerven beim Gehen zusammengedrückt und verursachen deshalb Schmerzen. Man sollte das nie zu lange aushalten, denn man schädigt auf Dauer den Rücken noch mehr und ein Eingriff wird umso komplizierter.

Was sind weitere typische Merkmale bei einer Spinalkanalstenose?

Typisch wäre z.B. auch, wenn die Schmerzen beim Sitzen

oder Fahrradfahren nachlassen. Der Druck auf die Nerven nimmt hier deshalb ab, weil der Oberkörper nach vorne kippt und die Wirbelsäule samt Wirbelkanal gedehnt und geweitet wird. Das behebt aber natürlich nicht die Ursache des Problems.

Sobald man normal gehen oder stehen möchte, werden die Nerven wieder gedrückt oder sogar eingeklemmt. Dann fühlen sich die Beine erneut schwer und müde an.

Was würden Sie Menschen raten, die schon lange Rückenschmerzen haben?

Ganz wichtig ist mir beim Gespräch mit Betroffenen immer, dass man Abhilfe schaffen kann. Es gibt so viele Menschen, die sich einfach damit abfinden, keine langen Strecken mehr gehen zu können. Sie glauben wirklich, mit dem dauerhaften Schmerz leben zu müssen, aber das stimmt nicht. Die Probleme können behoben werden und ein schmerzfreies Leben ist dann wieder möglich. Man sollte sich deshalb unbedingt untersuchen lassen statt sich in eine Art Isolation zurückzuziehen. Dafür ist das Leben wirklich zu kurz.

Wann ist eine Untersuchung ratsam?

Achten Sie einfach auf Symptome, die auftreten. Es stimmt etwas nicht, wenn die Rückenbeschwerden immer wieder kommen oder über einen langen Zeitraum anhalten, wenn man nicht mehr gehen kann, weil die Beine schwach sind. Obacht ist auch geboten, wenn z.B. Beinkrämpfe immer wieder in der Nacht auftreten. Bei der Spinalkanalstenose kann es außerdem zu Gefühlsstörungen, z.B. sogenannten Kribbelbeinen kommen. Dann

sollte man den Rücken wirklich dringend bei einem Facharzt durch bildgebende Verfahren ansehen lassen. Dazu zählen Verfahren wie z.B. eine Röntgen-Aufnahme, eine Magnet-Resonanz-Tomografie (MRT) oder eine Computer-Tomografie (CT).

Ein Eingriff – ist das für ältere Menschen noch ratsam?

Gleich vorweg: An einen Eingriff wird bei mir wirklich immer erst gedacht, wenn tatsächlich sämtliche konservative Therapieversuche keine akzeptable Verbesserung der Lebensqualität erzielen konnten. Erst wenn wirklich nötig, rate ich zu einer Operation. Diese wird dann minimal-invasiv in der WolfartKlinik von mir vorgenommen. Das bedeutet, es wird über einen kleinen Hautschnitt unter Mikroskop-Sicht gearbeitet. Mittels einer sehr feinen Diamant-Fräse wird der Wirbelsäulenkanal erweitert. Im Anschluss daran erhalten die hier verlaufenden Nerven wieder den Platz, den sie benötigen.

Gerade für ältere Patienten ist dieser Eingriff geeignet, da es sich um eine besonders schonende und kleine Maßnahme handelt. Verschraubungen und Versteifungen der Wirbelkörper sind meistens gar nicht erforderlich.

Ach, und übrigens: Der gesamte stationäre Aufenthalt dauert gerade mal eine Woche. Die Schmerzen in den Beinen sind in aller Regel direkt nach dem operativen Eingriff weg. Die Gehstrecke verbessert sich in kurzer Zeit. Am Ende kann der Patient dann ohne größere Einschränkungen wieder laufen.



Dr. Stephan Noe ist Experte für die Wirbelsäule. Er hilft Rückengeplagten.



UNSER ANGEBOT:

- Bandscheibenoperationen
- Wirbelsäulenchirurgie
- Konservative Orthopädie
 - Interventionelle Schmerzbehandlung

KONTAKT:

Dr. Stephan Noe
Nymphenburger Str. 146
80634 München
Tel. 0 89/1 39 97 30
E-Mail: dr.noe@ortho-m.de
Homepage: www.ortho-m.de

WolfartKlinik

Waldstraße 7 · 82166 Gräfelfing
Telefon 0 89/85 87-0
www.wolfartklinik.de

Auf dieser Seite stellen wir regelmäßig die Spezialisten der WolfartKlinik vor. Der nächste Teil der Serie kommt am 06. April 2019.