



## Rückenleiden, Ischias und Co, das empfindliche Gerüst

Flexibel und stabil, bewegungsfreudig und knallhart – unser Rücken und unsere Gelenke sind sensationell gebaut. Und sensibel wie eine Mimose.

80 Prozent der Deutschen erleben mindestens einmal im Leben heftige Schmerzen zwischen Nacken, Steißbein und Hüfte. Zu jedem beliebigen Zeitpunkt haben 39 Prozent der Frauen und 31 Prozent der Männer hierzulande gerade irgendeinen Schmerz im Rücken. Jede fünfte Frau und jeder siebte Mann leiden nach dem Gesundheitsbericht des Robert-Koch-Institutes für 2006 an chronischen Schmerzen entlang der Wirbelsäule. Demgegenüber steht, dass nur ein Bruchteil der Rückenpatienten unter Schmerzen mit konkreten organischen Ursachen leiden. Für die anderen lassen sich trotz aufwändiger Diagnose keine eindeutigen Ursachen feststellen. Das heißt: Teure bildgebende Verfahren wie Kernspin- oder Computertomographie zeigen keine Veränderungen der Wirbel oder Bandscheiben. Die subjektiv empfundenen Schmerzen stehen in keinem Verhältnis zu den medizinischen Untersuchungsergebnissen.

Das Problem ist, dass viele Mediziner Rückenschmerzen noch immer zu wenig differenziert betrachten. Funktionsstörungen durch Fehlhaltungen und muskuläres Ungleichgewicht und vor allem die psychosozialen Aspekte werden oft völlig vernachlässigt. Aus Unsicherheit in der Diagnose kommen dann viele Hightech-Methoden zum Einsatz, die überflüssig sind. Trotz allem medizinischen Know-hows wird somit dann erstaunlich wenig über die Ursachen und den Verlauf von Rückenproblemen bekannt. Der Grund: Rückenschmerzen entstehen meist allmählich, verändern sich, werden kompensiert. Viele Betroffene nehmen die Schmerzen nicht besonders ernst, solange sie erträglich sind. Und wenn der Schmerzgeplagte endlich zum Arzt geht, lassen sich die vielfältigen Symptome nicht mehr eindeutig zuordnen. Organische Ursachen sind meist nicht feststellbar. Dabei wird der Grundstein für die Schmerzen vermutlich bereits im frühen Alter gelegt. Denn: Schon jeder zweite 18-Jährige hat gelegentlich Rückenprobleme. Bei den 14- bis 19-Jährigen sind 40 Prozent betroffen. Als Ursache bei Kindern und Jugendlichen gilt vor allem mangelnde Bewegung. Vor Jahren sind die Menschen pro Tag bis zu 15 Kilometer zu Fuß gegangen, heute laufen die meisten nur noch 900 Meter.

Mit Ihrer aktipas®Therapie und Vorbeugung, unter Berücksichtigung psychosozialer Faktoren wie Lebens- und Arbeitszufriedenheit, Vergangenheit, sowie Bewegungsprogrammen, wird bei uns dem Problemkreis der Krankheitsaspekt genommen und vor allem: Es kann verhindert werden, dass aus akuten Schmerzen chronische Beschwerden werden. Denn die können ihnen als Betroffene / Betroffener das Leben zur Hölle machen.

So wurde die längste Zeit z.B. die Wirbelsäule als knöchernes Einzelteil des Körpers betrachtet. Das ist bei uns anders, wir arbeiten physiotherapeutisch und psychologisch beratend also ganzheitlich (Körper, Seele und Geist) in unserer Praxis. Falls nötig oder gewünscht arbeiten wir Hand in Hand mit Ärzten verschiedener Fachrichtungen, wenn das Kreuz dauerhafte Probleme macht. Leider ist anderswo die interdisziplinäre Versorgung immer noch ein seltenes Angebot für den Patienten.

aktipas® Therapie

Verwoodstraße 9  
D-65835 Liederbach  
+49 (0)69 37003797  
therapie@aktipas.de  
www.aktipas.eu

