

Nachgefragt

AALEN - Der vierte Aalener Schmerztag am Ostalb-Klinikum (ab 9 Uhr) befasst sich am morgigen Samstag mit dem Thema „Die Last mit dem Kreuz“. Dabei soll es um die Frage gehen, was bei chronischen Rückenschmerzen zu tun ist. Warum der Rücken schmerzt, wollte unser Mitarbeiter Herbert Kullmann vom Leitenden Oberarzt an der Psychosomatischen Klinik, Dr. Martin von Wachter, wissen.

Stress lässt den Rücken schmerzen

Sind Rückenschmerzen immer ein Thema?

Sie sind zumindest weit verbreitet. 50 bis 80 Prozent der Menschen in den westlichen Industrieländern leiden darunter. Ersichtlich wird dies durch gestiegene Krankheitstage, mittlerweile fallen die zu 15 Prozent wegen der Rückenschmerzen an, und 18 Prozent aller Frühverrentungen haben ihre Ursache in Rückenleiden.

Warum tut uns der Rücken weh?

Uns fehlt die Bewegung, wir sitzen viel und falsch, hinzu kommt Stress.

Bleibt nur der Arztbesuch?

Man muss nicht immer gleich zum Arzt. Doch wenn auch nach sechs Wochen die Rückenschmerzen anhalten oder sich beispielsweise Taubheitsgefühle und Lähmungserscheinungen einstellen, dann sofort zum Arzt.

Und warum zum Psychosomatiker und nicht zum Physiotherapeuten?

Bei leichten Rückenbeschwerden ist der Physiotherapeut angesagt. Nur wenn die Schmerzen chronisch werden, das heißt nach sechs Monaten, dann spielen psychosomatische Faktoren eine wichtige Rolle. Unser Ziel muss sein, die Schmerzpatienten so schnell als möglich in die Alltagsbelastung zurückzuführen.



Leitender Oberarzt Dr. Martin von Wachter. Foto: kul

ren. „Tango statt Fango“ – Schonung, wie sie einst empfohlen wurde, wirkt sich eher negativ aus. Deshalb verbindet die Psychosomatik aktivierende Bewegung mit Verhaltenstherapie.

Sie warten mit hochrangigen Referenten auf. Bleibt die Thematik für Laien verständlich?

Es gibt vielfältigste Vorträge. Von unterschiedlichsten Behandlungsmethoden bis hin zu chirurgischen Eingriffen wird alles Wichtige beleuchtet. Mit am interessantesten für Patienten dürfte dabei der Vortrag von Prof. Dr. Peter Henningsen (10 Uhr) sein, der unter anderem ein abgestuftes Behandlungsmodell vorstellen wird.