

Was tun gegen Rückenschmerzen?

Sonntagsvorlesung Dr. Martin von Wachter spricht über Hilfe durch Psychosomatik.

Aalen. Bei 85 Prozent der Menschen, die über Rückenschmerzen klagen, handele es sich um funktionelle Rückenschmerzen, erzählt Oberarzt Dr. Martin von Wachter. Welchen Beitrag kann

» SCHWÄBISCHE POST PRÄSENTATION

die Psychosomatik in der Behandlung chronischer Schmerzen leisten? Darüber referiert der leitende Oberarzt für Psychosomatik am Ostalb-Klinikum Aalen, Dr. Martin von Wachter, in der nächsten Sonntagsvorle-

sung. Sie ist am 16. September, 11 Uhr, im Paul-Ulmschneider-Saal im Aalener Torhaus. Der Eintritt ist frei.

„Diese Schmerzen und Verspannungen entstehen durch mangelnde Bewegung“, sagt von Wachter. Ein Risikofaktor von vielen für Rückenschmerzen sei Stress, ein anderer die Unzufriedenheit der Menschen mit dem Arbeitsplatz und dem Arbeitsklima. Der dadurch entstehende Dauerstress führe zu Anspannung der Muskeln, die sich wiederum als Schmerz im Rücken bemerkbar mache, erklärt von

Wachter. Der Oberarzt möchte mit seiner Vorlesung deutlich machen wie wichtig es ist, dass die Menschen beginnen, sich trotz Schmerzen wieder zu bewegen. **Dr. Martin von Wachter** Sein Ziel sei ein **Wachter** mündiger Patient, der den Wert des Sports an sich erkenne und von sich aus aktiv werde. Er wolle die Men-



Foto: Ostalb-Klinikum Aalen

schen darüber hinaus dazu ermutigen, zu lernen, mit Stress besser umzugehen und auf regelmäßige Pausen im Alltag zu achten.

Carolin Drempetic

Die Sonntagsvorlesung zum Thema „Ich hab’s doch nicht im Kopf, sondern im Rücken – Welchen Beitrag kann die Psychosomatik in der Behandlung chronischer Schmerzen leisten?“ ist am 16. September, 11 Uhr, im Paul-Ulmschneider-Saal im Aalener Torhaus. Referent ist Dr. Martin von Wachter. Der Eintritt ist frei. Aus organisatorischen Gründen wird gebeten, sich (kostenlose) Eintrittskarten bei der Vhs zu holen.