

## Rückenschmerzen

Viele Menschen leiden - in einer Zeit voller Stress und mit wenig Ausgleich für Körper und Geist - an Rückenschmerzen.

Rückenschmerzen sind häufig sehr belastend und führen zu Bewegungseinschränkungen. Die Ursachen für Rückenschmerzen sind sehr vielfältig.

Mehr als zwei Drittel der deutschen Bevölkerung hatte schon einmal Rückenschmerzen, 50 % der Berufstätigen mindestens einmal im Jahr.

Rückenschmerzen lassen sich unterscheiden anhand ihrer Lokalisation:

- Beschwerden im Bereich der Halswirbelsäule (Cervikalsyndrom / HWS-Syndrom)
- Beschwerden im Bereich der Brustwirbelsäule (Thorakalsyndrom / BWS-Syndrom)
- Beschwerden im Bereich der Lendenwirbelsäule (Lumbalsyndrom / LWS-Syndrom)

Je nach Art des Schmerzes werden folgende Formen unterschieden:

- akute Schmerzen im Lendenbereich (Lumbago)
- chronische, dauerhafte Rückenschmerzen (Lumbalgie)
- akute und chronische Schmerzen im Versorgungsgebiet des Ischias-Nerven mit Ausstrahlung ins Bein (Ischialgie)
- akute und chronische Schmerzen im Bereich der Lenden und des Versorgungsgebietes des Ischias-Nerven mit Ausstrahlung ins Bein (Lumboischialgie)
- akute und chronische Schmerzen, die von einer Spinalnervenwurzel ausgehen (Radikulopathie)
- akute und chronische Schmerzen, z.B. aufgrund von Tumorerkrankungen oder Frakturen (Komplizierte Lumbalgie)

Mögliche Ursachen von Rückenschmerzen sind:

- Muskelverspannungen, aufgrund von Stress bzw. Haltungsfehlern
- Bandscheibenvorwölbung (Protrusion) oder Bandscheibenvorfall (Prolaps)
- Arthrose der Facettengelenke (Spondylarthrose)
- Übersteigerte Beweglichkeit einzelner Abschnitte der Wirbelsäule aufgrund von Verschleißerscheinungen anderer Abschnitte (Spondylose / Osteochondrose)
- Blockierungen eines Facetten- oder Rippengelenkes

Von akuten Rückenschmerzen spricht man, wenn die Schmerzen nicht länger als 12 Wochen andauern.

Gerne beraten wir Sie, wie die Ursache eines Rückenschmerzes ermittelt, vermieden oder erfolgreich therapiert werden kann.