

+++ Gesundheitsseite der WolfartKlinik München Gräfelfing +++

Rückenschmerzen – und kein Ende in Sicht?

Warum es meist ganz ohne Operation geht

Der Rücken zwickt, der Schmerz zieht bis ins Bein – und beim Aufstehen fühlt man sich plötzlich alt. Wer das kennt, weiß, wie zermürbend Rückenschmerzen sein können. Oft schleicht sich das Problem langsam ein: erst ein Ziehen, dann das ständige Gefühl, sich schonen zu müssen. Und irgendwann steht die Frage im Raum, die wirklich keiner hören will: „Muss ich etwa operiert werden?“

Wir haben mit Dr. Ralph Medele vom Wirbelsäulenzentrum am Stiglmaierplatz gesprochen. Der erfahrene Wirbelsäulenspezialist weiß: Eine Operation ist oft gar nicht nötig – es gibt Alternativen, den Schmerz dort zu behandeln, wo er entsteht.

Warum macht uns der Rücken eigentlich so häufig zu schaffen?

Dr. Medele: Weil er das Zentrum unseres Körpers ist und täglich Schwerstarbeit leistet. Mit den Jahren verschleissen die Bandscheiben, die Wirbelgelenke nutzen sich ab, und manchmal werden auch Nerven im Wirbelkanal eingeengt. Dazu kommen Fehlhaltungen, Bewegungsmangel oder selten auch eine Reizung im Kreuz-Darmbein-Gelenk (ISG). Das alles kann zu Schmerzen führen, die in Rücken, Po oder Beine ausstrahlen – und Betroffene im Alltag massiv einschränken.

Viele Betroffene fürchten sich vor einer OP. Können Sie sie beruhigen?

Dr. Medele: Absolut. In den meisten Fällen lässt sich der Schmerz ohne Operation behandeln. Unser Ziel ist es, die Ursache gezielt anzugehen und nicht sofort zum Skalpell zu greifen. Dank moderner bildgesteuerter Verfahren gelingt das heute sehr präzise. Wir setzen also gezielt dort an, wo der Schmerz entsteht.

Sie sprechen von der „interventionellen Schmerztherapie“. Was steckt dahinter?

Dr. Medele: Vereinfacht gesagt ist das eine Spritzenkur. Wir in-

jizieren entzündungshemmende, schmerzstillende und auch abschwellende Medikamente genau dorthin, wo der Schmerz ausgelöst wird – zum Beispiel an ein verschlissenes Wirbelgelenk oder an eine gereizte Nervenwurzel. Das passiert unter Röntgen- oder CT-Kontrolle, also bildgesteuert. Wir sehen exakt, wo wir behandeln. Die Wirkung ist meist schnell spürbar: weniger Druck, weniger Entzündung, weniger Schmerz.

Wie dürfen sich Patienten den Ablauf vorstellen?

Dr. Medele: Viele sind überrascht, wie unspektakulär das ist. Die Behandlung dauert nur wenige Minuten, und in der Regel kann man nach einer kurzen Beobachtungszeit in der Praxis wieder nach Hause gehen. Jede Injektion wird individuell geplant – denn jeder Rücken ist anders. Ich nehme jetzt einfach mal das Beispiel „Facettengelenksinfiltration“. Dabei spritzen wir ein Medikament direkt an die kleinen Wirbelgelenke, die sich durch Verschleiß entzündet haben. Das Ergebnis ist oft beeindruckend: Der Schmerz lässt nach, die Beweglichkeit kehrt zurück, und die Patienten gewinnen ihr Vertrauen in den eigenen Körper zurück.

Was bedeutet „bildgesteuerte Schmerztherapie“ konkret?

Dr. Medele: Es bedeutet Präzision. Durch die Bildgebung – CT oder Röntgen – wissen wir genau, wo wir die Nadel platzieren. Das Medikament landet also nicht irgendwo, sondern punktgenau an der Ursache. So können wir gezielt behandeln und vermeiden unnötige Nebenwirkungen. Diese Präzision ist der Schlüssel, warum viele Patienten schon nach einer Behandlung oft eine deutliche Verbesserung spüren.

Und wenn das allein nicht reicht? Gibt es weitere Behandlungsmöglichkeiten?

Dr. Medele: Dann gibt es eine ganze Reihe minimalinvasiver Verfahren. Dazu zählt zum Beispiel die Hitzesonnenbehandlung, bei der schmerzleitende Nervenfasern gezielt verödet werden.



**Für jeden Rücken
den passenden Weg –
das ist Dr. Ralph Medeles
Anspruch.**

In bestimmten Fällen setzen wir auch Schmerzpumpen (IDD) oder Rückenmarkstimulatoren (SCS) ein, die eine dauerhafte Schmerzlinderung ermöglichen. Das klingt nach Hightech – und ist es auch. Solche Therapien kommen allerdings nur unter ganz bestimmten Voraussetzungen zum Einsatz, sind also nur für wenige Patienten geeignet. Aber das Entscheidende ist: Der Eingriff bleibt klein, der Effekt groß.

Ihr Zentrum verfügt über CT und MRT im Haus – welchen Vorteil bringt das?

Dr. Medele: Das spart Zeit und Wege. Wir können Diagnose und Therapie direkt miteinander verbinden. Ein Patient kommt mit Rückenschmerzen zu uns, und innerhalb kurzer Zeit wissen wir, woher sie kommen – und was man dagegen tun kann. Diese unmittelbare Kombination von Diagnostik und Therapie ist ein großer Vorteil, den viele sehr schätzen. Und eine wirksame Therapie setzt immer eine präzise Diagnostik voraus.

In welchen Fällen raten Sie dennoch zur Operation?

Dr. Medele: Nur, wenn es wirklich keine Alternative mehr gibt – also bei Lähmungserscheinungen, Taubheitsgefühlen oder wenn die Schmerzen trotz aller Behandlungen bestehen bleiben. Dann geht es darum, die Nerven zu entlasten, bevor sie bleibenden Schaden nehmen. Aber: Eine Operation ist bei uns immer die letzte Option.

Was möchten Sie Menschen mit Rückenschmerzen ans Herz legen?

Dr. Medele: Rückenschmerzen sind in den meisten Fällen kein Grund zur Sorge. Sie lassen sich gezielt und schonend behandeln – oft ganz ohne Operation. Wichtig ist nur, rechtzeitig zu kommen, bevor der Schmerz chronisch wird. Bei uns im Wirbelsäulenzentrum am Stiglmaierplatz arbeiten Neurochirurgen, Orthopäden und Radiologen Hand in Hand – alles unter einem Dach. So finden wir schnell die passende Lösung, bevor aus Rückenschmerz ein Dauerproblem wird. Mein Rat: Rückenschmerzen sollte man ernst nehmen, aber keine Angst davor haben. Wir nehmen uns Zeit, die Ursache zu finden – und die passende Behandlung dazu.

Kontakt:

Wirbelsäulenzentrum
am Stiglmaierplatz
Nymphenburger Str. 1
80335 München

Tel. 089 / 54 34 30 30
info@wzas.de
www.wzas.de

WolfartKlinik

Waldstraße 7
82166 Gräfelfing
Telefon 089/85 87-0
www.wolfartklinik.de