

KÖRPERTHERAPIEN

Neben Physiotherapie eignen sich auch Pilates und Yoga insbesondere zur Stärkung der kleinen, inneren wirbelsäulennahen Muskulatur.

FOTO: CORBIS



Mit Thermoläsion gegen chronische Schmerzen

Sind alle Möglichkeiten der herkömmlichen Behandlungsmethoden ausgeschöpft, so kann die Thermoläsion gegen den chronischen Schmerz eingesetzt werden. Sie ist gut verträglich und wird ambulant durchgeführt.

Bei spondylogenen Schmerzen kann die Thermoläsion zum Einsatz kommen. «Spondylogene Schmerzen sind lokale und/oder fortgeleitete Schmerzen, ausgehend von der Wirbelsäule. Dabei gehen diese Schmerzen nicht von den Nervenwurzeln, sondern von den kleinen Wirbelsäulengelenken aus – meist aufgrund von Abnutzung oder Fehlfunktion», sagt Dr. Michael Hartmann, Facharzt für Anästhesiologie und FA Interventionelle Schmerztherapie an der Schmerzlinik Zürich. Zeigen Physiotherapie, Massagen, medikamentöse Therapie und Entspannungstherapien keinen oder nur geringen Erfolg, kann die Thermoläsion in Betracht gezogen werden. Hier muss jedoch zuerst die wahre Schmerzsache identifiziert und eine diagnostische Infiltration durchgeführt werden. Dazu wird dem Patienten eine kleine Menge Betäubungsmittel an spezifische Strukturen der Wirbelsäule gespritzt: Verschwindet dann der Schmerz, ist die Schmerzsache identifiziert. Zeigt die Infiltration zweimal ein positives Ergebnis an, ist der Erfolg einer Thermoläsion recht wahrschein-

lich. Bei der Thermoläsion wird jener Nerv, der chronisch Schmerzsignale aussendet, mit Wärme so behandelt, dass er keine Schmerzimpulse mehr weiterleiten kann. Dazu führt der Arzt eine unter hochfrequentem Strom stehende Kanüle an den Nerv und verödet diesen. Damit eine genaue Ermittlung der Zielstruktur möglich ist, erfolgt der Eingriff unter Röntgenkontrolle. Der Eingriff wird unter Lokalanästhesie und je nach Situation und Patientenwunsch unter Analgosedierung (oberflächlicher Schlaf) durchgeführt. Nach einer Thermoläsion spüren etwa 60 bis 80 Prozent der Patienten eine deutliche Besserung ihrer Schmerzen.

Im Anschluss an Thermoläsion: Übungen und Patientenmitarbeit

Wenn die Wirkung der Thermoläsion einsetzt – in der Regel innert vier Wochen –, sollte mit Körpertherapien begonnen werden. Sobald die Patienten eine Funktionsverbesserung und Schmerzreduktion spüren, sollte z.B. mit gezielter Physiotherapie die regionale Muskulatur gelockert und gestärkt werden. Neben Physiotherapie eignen sich auch Pilates und Yoga insbesondere zur Stärkung der kleinen, inneren wirbelsäulennahen Muskulatur. Fitness-Therapien würden zu diesem Zeitpunkt die falschen Muskeln trainieren.

ANNA BIRKENMEIER

redaktion.ch@mediaplanet.com