

MEDIENINFORMATION

Rückenschmerzen – Krankheit kostet jährlich 2 bis 3 Milliarden Euro

Chronische Kreuzschmerzen sind die Volkskrankheit Nummer 1. 70 % der Bevölkerung in Entwicklungsländern haben zumindest einmal in ihrem Leben Kreuzschmerzen. 30 bis 40 % aller Erwachsenen in Industriestaaten geben an, im letzten Jahr Kreuzschmerzen gehabt zu haben. Bei immerhin 10 % dieser Patienten gehen die Schmerzen in chronische Schmerzzustände über.

In Österreich leiden ca. 30.000 Menschen an starken chronischen Schmerzen im Bereich der Wirbelsäule und sind dabei als invalide anzusehen. „Insgesamt erfolgen 50 % aller Frühpensionierungen mit der Hauptdiagnose chronischer Rückenschmerz“, erklärt Univ. Prof. Dr. Bernd Stöckl, Ärztlicher Leiter und Vorstand der Orthopädie am Klinikum Klagenfurt/Wörthersee.

Enorme Kosten. Akute Kreuzschmerzen haben eine gute Selbstheilungstendenz, so dass 90 % aller Patienten auch ohne Therapie nach 6 bis 8 Wochen beschwerdefrei sind. „Allerdings liegt die Rückfallquote bei 70 %“, warnt Stöckl. Etwa 9 % der Erkrankten entwickeln chronische Beschwerden. Damit gehören Rückenschmerzen zu den häufigsten Beschwerden, die zur Inanspruchnahme des Gesundheitssystems führen. Das größte Problem: Die meisten Patienten haben Röntgenbefunde, die sich nicht wesentlich von denen anderer Menschen unterscheiden. Dennoch haben sie invalidisierende Schmerzen. Viele suchen mehrere Ärzte auf, ohne wirkliche Hilfe zu bekommen. „Häufig endet ihre Krankheit in Invalidität und Frühpension. In der Frühpension geht es dem Patienten aber meist nicht besser als zuvor“, beschreibt Stöckl den Leidensweg der Betroffenen. Die Kosten dieser inadäquaten Behandlungen sind enorm. Allein die durch Rückenschmerzen in Österreich verursachten direkten und indirekten Krankheitskosten werden auf 2 bis 3 Milliarden Euro jährlich geschätzt.

Prävention entscheidend. Umso wichtiger ist der richtige Umgang mit der Wirbelsäule von Kindertagen an. Zu schwere und anatomisch unpassende Schultaschen führen beispielsweise zu ersten Problemen. Im Sport sollten Übungen mit Gewichtsbelastung der wachsenden Wirbelsäule hintangehalten werden. Im Beruf sind inadäquate hohe Gewichtsbelastungen, falsche Hebeteknik und starre Haltungen zu vermeiden. Ein gutes Maß an Fitness und

Bewegung verhindern ebenso Schäden. Stöckl: „Das Motto „Wer rastet der rostet“ gilt bis ins hohe Alter.“ Des Weiteren empfiehlt der Ärztliche Leiter, bei bestehender Osteoporose einen frühzeitigen Therapiebeginn ab der fünften Lebensdekade.

Um eine adäquate Therapie zu gewährleisten, ist eine ordentliche Diagnose der Beschwerden notwendig, denn nur dann kann die richtige und erfolgreiche Therapie begonnen werden. „Die Therapie ist zu Beginn meist nur eine konservative. Außer bei Bedrängung von Nervenwurzeln, welche meist chirurgisch behandelt werden muss“, so Stöckl

Am Klinikum Klagenfurt/Wörthersee ist die ambulante und stationäre Therapie in hohem Maß gewährleistet. An der Orthopädie erfolgt erst die profunde Diagnose. Im Falle der stationäre Aufnahme besteht eine optimale Therapie durch ein Vielzahl an physikalische Therapieanwendungen in der Aussenstelle der Orthopädie in Althofen. „Neben allen medizinischen Möglichkeiten ist aber der eigene sorgsame Umgang mit der Wirbelsäule der wichtigste Anteil, um einen schmerzfreien Rücken zu haben“, sagt Stöckl.