

Konservative Therapie

Bei der Behandlung akuter Rückenbeschwerden stehen nach Ausschluß eines Strukturschadens an der Wirbelsäule die Schmerzlinderung, die Lockerung der Muskulatur und die Wiederherstellung der Beweglichkeit im Vordergrund. Dazu gibt es verschiedene therapeutische Möglichkeiten, die in der Regel kombiniert werden:

- Entlastung durch Stufenlagerung
- Physiotherapie (Krankengymnastik, Massagen, manuelle Therapie)
- Physikalische Therapie (Wärme- oder Kälteanwendungen, Elektrotherapie)
- Medikamentöse Therapie (Schmerzmittel, muskelentspannende, abschwellende und örtlich betäubende Wirkstoffe)
- Entspannungsverfahren (zum Beispiel Muskelentspannung nach Jacobson)
- Örtliche Schmerzlinderung durch Alternative Verfahren wie zum Beispiel Akupunktur
- Zur Vorbeugung erneuter Beschwerden: Individuelles Trainingsprogramm, Rückenschule

Bei immer wiederkehrenden Beschwerden und Schmerzen die im Rahmen der ambulanten Therapie nicht beherrschbar sind, bietet unsere Klinik ein multimodales Therapiekonzept mit orthopädischer Akutbehandlung, Therapieanleitung durch die Physiotherapeuten unserer Klinik und spezielle Schmerztherapie durch die Schmerztherapeuten unseres Hauses unter stationären Bedingungen an. Hierbei steht die initiale Durchbrechung des Schmerzes, die Schulung zu rückengerechtem Verhalten und der Aufbau der wirbelsäulenstützenden Muskulatur zur Vorbeugung erneuter Probleme im Vordergrund.

Die Erfahrung hat gezeigt, dass besonders die aktiven Therapien, bei denen man lernt, seinen Körper besser wahrzunehmen, sich mehr zu bewegen und den Alltag zu verändern, nachhaltig schmerzlindernd und zugleich vorbeugend wirken.

<http://www.forum-ruecken.de/>

<http://www.agr-ev.de/html/page.asp?pageID=1>

<http://www.lowbackpain.com/>