



Pocket-Leitlinie Kreuzschmerz und Lendenwirbelsäule

Empfehlungen deutscher Leitlinien
und internationaler Guidelines



Inhaltsverzeichnis

Einleitung	04
Akute, subakute und chronische Episoden	06
Physiotherapie und Bewegung	07
Orthopädietechnik	08
Multimodal konservative Therapie	10
Multimodale Therapie im OP-Kontext	12
Patientenzufriedenheit und Compliance	13
Fazit	14
Literatur	15

Einleitung

Kreuzschmerz:

Wozu eine Pocket-Leitlinie?

Anhaltende Schmerzen im unteren Rücken, auch als Kreuzschmerz bezeichnet, können zu jedem Zeitpunkt im Leben die Lebensqualität stark beeinträchtigen. Der „Gesundheitsatlas Deutschland“ des wissenschaftlichen Instituts der AOK (2023) gibt an, dass im Jahr 2021 Rückenschmerzen bei 26 Millionen Personen in Deutschland ärztlich dokumentiert wurden.

Jedoch ist Kreuzschmerz nur ein Symptom mit einer Vielfalt möglicher Diagnosen, zu denen verschiedene klinische Leitlinien – sowohl in Deutschland als auch international – veröffentlicht wurden. Zum Symptom der Schmerzen im unteren Rücken kann ein spezifischer Kreuzschmerz aufgrund degenerativer Wirbelsäulenerkrankungen wie Bandscheibenvorfall, Spinalkanalstenose oder Wirbelgleiten (Spondylolisthese) führen. Häufig handelt es sich auch um nicht-spezifischen Kreuzschmerz ohne klar erkennbare Ursache. In jedem Fall muss eine potenzielle Chronifizierung der Schmerzen im Blick behalten und bei der Behandlung berücksichtigt werden.

Die vorliegende Pocket-Leitlinie bietet Ihnen einen Überblick zum neuesten Stand des interdisziplinären und multimodalen Managements von Kreuzschmerz und Pathologien der Lendenwirbelsäule. Dabei wurden S2k-Leitlinien zum Bandscheibenvorfall¹, spezifischem Kreuzschmerz², Frakturen der Brust- und Lendenwirbelsäule³ und der Spondylodiszitis⁴, sowie die NASS-Leitlinien zu Kreuzschmerz⁵ und lumbaler Stenose des Spinalkanals⁶ berücksichtigt

Empfehlungen und Statements aus deutschen und internationalen Leitlinien finden Sie zusammengefasst mit der jeweiligen Referenz (z. B. **S2kBandscheibe**¹) als **Kann/Soll**-Aussagen, soweit zutreffend.

Unter jedem Abschnitt finden Sie zudem eine zusammenfassende Einschätzung (**Fazit**).

Weiterlesen?

**Erhalten Sie die vollständige Pocket-Leitlinie von
Össur unter**

<https://www.ossur.com/de-de/kontaktieren-sie-uns>