

Tschüss Rückenschmerz: Bandagen und Orthesen in der Behandlung der Wirbelsäule

Deutschland „hat Rücken“. Fast jeder dritte Erwachsene hat oft oder ständig Rückenbeschwerden. 18 Prozent der Deutschen leiden sogar unter chronischen Rückenschmerzen. Erkrankungen des Rückens sind für rund ein Viertel aller Arbeitsunfähigkeitstage verantwortlich. Fehlbelastungen und Verletzungen der Wirbelsäule können sowohl im Alltag als auch im Sport entstehen. Auf dem Zeulenrodaer Kongress für Orthopädie und Sportorthopädie diskutieren hochspezialisierte Fachärzte vom 26. bis 28. August deshalb unter anderem über die richtige zusätzliche Behandlung der Wirbelsäule mit Bandagen und Orthesen.

„Die Orthesen-Versorgung an der Wirbelsäule muss nach sorgfältiger Diagnostik vernünftig geplant werden“, sagt Prof. Dr. med. Bernhard Greitemann, Ärztlicher Direktor und Chefarzt an der Klinik Münsterland. „Gerade an der Wirbelsäule kommt es auf die korrekte Auswahl der Orthesen an, um positive Effekte zu erzielen. Man muss den Markt gut kennen, die Indikationen und Wirkprinzipien dieser Hilfsmittel beachten und jeweils die Vor- und Nachteile der Orthesen-Versorgung berücksichtigen“.

Bei einfachen Beschwerden der Lendenwirbelsäule tragen viele Sportler bandagenartige Orthesen. Sie geben vermehrt Sicherheit, verbessern zum Teil den Krafteinsatz im Wettkampf.

Für angespannte verkrampfte Muskeln sind Bandagen mit Massier-Pelotten gut anzuwenden, bei einem Facettensyndrom brauchen Patienten wiederum entlordosierende Orthesen mit stabilisierenden Elementen, um den Schmerz zu nehmen.

Nach Wirbelfrakturen, die konservativ oder operativ versorgt wurden, bei Kyphosierungstendenzen, vor allem aber bei stärkeren Schmerzsyndromen können lumbale Kreuz-Stütz-Mieder oder 3-Punkt-Stütz-Orthesen sinnvoll sein. Hier geht es um ein gutes Abstützen der Wirbelsäule.

Viele ältere Patienten, besonders Frauen, leiden unter Osteoporose. Es kommt nicht selten zu Wirbelkörperbrüchen mit Haltungsverfall. Heute werden Orthesen hierbei meist als aktives Trainingsgerät für eine Haltungsaufrichtung angewendet. Man kann sie sehr gut dauerhaft im Alltag tragen. Nur bei sehr starken Schmerzen gibt es Indikationen zu festeren, abstützenden Orthesen.

Einen Wirknachweis haben die Wirbelsäulenorthesen in großen Übersichtsstudien noch nicht zeigen können. „Das liegt an der Heterogenität der Studien, die oft keine zielgerichteten Indikationen und damit unterschiedliche Beschwerdemechanismen einschließen, unterschiedliche Orthesen mit jeweils anderen biomechanischen Wirkmechanismen beinhalten und damit auch oft zu fehlender Wirkung führen müssen“, so Greitemann. Zudem sind solche Studien sehr teuer.

Fest steht aber: bei Lumbalsyndromen, Spondylarthrosen, Frakturen, osteoporotischen Frakturen und selten auch bei Wirbelsäulenentzündungen können gut angepasste und sinnvoll ausgewählte Bandagen und Orthesen zusätzlich zu anderen Therapien sehr gut helfen.