

Tiefsitzende Rückenschmerzen und unruhiges Sitzen?

Gesunde Menschen wirken natürlich schön. Speziell Rückenschmerzen können belastend sein. Häufig als Ursache verkannt: die Arthropathie des Iliosakralgelenks.

Sie haben tiefsitzende Schmerzen am unteren Lendenwirbelbereich und nichts hilft gegen die Beschwerden? Dann kann das Iliosakralgelenk (ISG), auch Kreuzbein-Darmbein-Gelenk genannt, die Ursache sein. Es sitzt zwischen Wirbelsäule und Becken und erfüllt belastungsausgleichende, stabilisierende Funktionen. Als mögliche Ursache für die anhaltenden Beschwerden wird das komplexe ISG oft übersehen, sodass Betroffene in der Regel eine lange Ärzte-Odyssee hinter sich haben, bis die Diagnose lautet: Arthropathie des ISG.

Typische Symptome

Bei diesen Symptomen sollten Sie Ihren Arzt auf eine mögliche Arthropathie des ISG ansprechen: seitliche Schmerzen am Übergang der Lendenwirbelsäule zum Steissbein, in der Hüftgegend und am Bein sowie unruhiges Sitzen. Bei Verdacht auf eine ISG-Arthropathie

braucht es erfahrene Hände. Ein einfacher manueller Test sowie spezialisierte bildgebende Verfahren erlauben eine zuverlässige, schnelle Diagnose. Eindeutig gesichert werden kann sie durch eine Infiltration eines Lokalanästhetikums in das Gelenk. Lassen die Schmerzen deutlich nach, gilt der Verdacht als eindeutig bestätigt.

Therapieoptionen

Bei akutem Schmerz helfen Schmerzmittel und Kühlung, und später Wärme. Bei unterschiedlichen Beinlängen braucht es orthopädische Schuheinlagen. Ebenso wichtig: aktive Physiotherapie. Stossen diese konservativen Massnahmen an ihre Grenzen, kommen Infiltrationen oder auch chirurgische Interventionen infrage: die Denervation und eine minimal-invasive Fusion des Gelenks. Bei der Denervation wird mithilfe der Radio-

frequenz-Ablation versucht, die um das ISG liegenden Nervenbahnen zu durchtrennen. Zur Fusion und Stabilisierung des Gelenks gibt es neuerdings ein spezielles Implantat-System. Die bisherigen Ergebnisse sind sehr vielversprechend.



ZUM AUTOR

Prof. Dr. med. Clément M.L. Werner, eMBA
 Ortho Clinic Zürich
 T: +41 (0)44 201 40 04
 E: clement.werner@hirslanden.ch
www.wernerconsulting.ch