



## Bandscheibenvorfall „Eine OP schien unvermeidbar“

**Beatrix Schmidt** (48) hatte sich nach Jahren des Leidens schon fast an ihre Rückenprobleme gewöhnt. Doch als Anfang dieses Jahres Wärmetherapie und Schmerztabletten nicht mehr halfen, drohte eine Operation. Nur durch Zufall blieb der Grundschullehrerin der chirurgische Eingriff erspart. In Blickpunkt erzählt sie ihre Geschichte und sagt, was ihr schließlich die OP ersparte.

**E**igentlich hatte ich mich über die Jahre mit meinen Rückenproblemen ganz gut arrangiert. Dank kontinuierlichen Trainings in einer Rückenschule konnte ich damit leben. Wurden die Schmerzen zu stark, dann verschrieb mir mein Orthopäde eine Wärmetherapie – und ich hatte wieder einige Monate Ruhe.

Das Ganze funktionierte gut, bis im Dezember letzten Jahres ein Kribbeln im rechten Zeigefinger einen neuen, andersartigen Schmerzverlauf ankündigte. Ein paar Tage

später strahlten die nadelstichartigen Schmerzen in den gesamten rechten Arm. Kurz darauf konnte ich diesen nicht mehr bewegen und vor Qualen kaum noch das Haus verlassen. Ich stand tagsüber nur noch auf, wenn ich unbedingt zur Behandlung musste. Nachts konnte ich schlecht schlafen und musste auf dem Rücken liegen.

Dieses konstante Leiden und der Schlafmangel machten mir immer mehr zu schaffen. Selbst starke Schmerzmittel bewirkten kaum noch etwas. Als Nebenwirkungen traten dafür unschöne Wassereinlagerungen am ganzen Körper auf. Und auch die sonst so hilfreiche Wärmetherapie versagte völlig.

Am Ende meiner Kräfte, hörte ich auf die Empfehlung einer Freundin und vereinbarte einen Termin in der Neurochirurgie der MediaPark Klinik Köln. Die Fachärzte dort diagnostizierten mit Hilfe der Kernspintomographie einen Bandscheibenvorfall am Halswirbel und verschrieben mir zunächst einmal PTA-Spritzen mit Kortison gegen die Schmer-

### → Machen Sie mit!

Krebs, Amputation, Organtransplantation, chronische Krankheiten – haben auch Sie ein ähnliches Schicksal hinter sich? Dann schicken Sie Ihre Geschichte mit ein, zwei Bildern an Blickpunkt Gesundheit oder ermutigen Sie andere Bekannte dazu. Sie helfen so mit, anderen Betroffenen Mut zu machen und einen Weg für sich zu finden! Namen können auf Wunsch geändert werden.

**Die Anschrift: Redaktion Blickpunkt Gesundheit, PF 4043, 65030 Wiesbaden**

### Stichwort:

#### Spinale Dekompression

**Rückenschmerzen** sind hierzulande eine Volkskrankheit. In Deutschland leiden Millionen Menschen unter chronischen Kreuzschmerzen. Laut Robert-Koch-Institut sind 62 Prozent der Frauen und 56 Prozent der Männer betroffen. War bisher eine OP in vielen Fällen unumgänglich, so bietet nun eine Behandlungsmethode aus den USA eine weitaus angenehmere Alternative: die Spinale Dekompression – eine neue, schonende Therapie bei Rückenleiden. Auf eine computergesteuerte Behandlungsliege wird die Wirbelsäule gezielt gedehnt. Das nimmt systematisch den Druck von den Bandscheiben. Als erste neurochirurgische Praxis in Deutschland setzen die Wirbelsäulenthérapeuten der MediaPark Klinik in Köln die spinale Dekompression bei der Behandlung von Bandscheibenvorwölbungen und Bandscheibenvorfällen mit einer Ischialgie ein. Nach zwölf bis zwanzig halbstündigen Behandlungen tritt in der Regel eine deutliche Linderung der Schmerzen ein. Mehr Infos unter [www.ruecken-doc.de](http://www.ruecken-doc.de)

zen. Diese ließen dann auch merklich nach – doch leider nur für kurze Zeit. Zwei Wochen später waren sie heftiger denn je. Und eine OP schien nun wirklich der letzte Ausweg. Da riet mir der leitende Facharzt Dr. Patrick Simons zur spinalen Dekompression auf einer SpineMed-Liege. Diese Methode nimmt durch gezielte Dehnung der Wirbelsäule den schmerzhaften Druck von den Bandscheiben. Anfangs war ich natürlich skeptisch. Doch bevor ich mich unters Messer lege, probiere ich erst alle anderen Möglichkeiten, sagte ich mir.

Und was ich kaum zu hoffen gewagt hatte, trat ein: Schon nach einigen Anwendungen nahm das Kribbeln im Arm ab. Nach dem achten Besuch spürte ich eine deutliche Verbesserung. Erholung und Entspannung wirkten tiefgehend. Oft schlief ich bereits bei der Behandlung ein. Und nach 18 Anwendungen waren meine Probleme ganz verschwunden.

## Betroffene berichten

Ich hoffe, dass der positive Zustand dauerhaft anhält. Zwei Monate zum Nichtstun gezwungen zu sein, war für mich eine Tortur. Schließlich bin ich es gewohnt, stets meinen Aufgaben pflichtbewusst nachzukommen. In der Schule musste eine Springerin meine Klasse in dieser Zeit übernehmen. Mein Mann und meine beiden Söhne versuchten zwar daheim so gut es geht, alles in den Griff zu bekommen. Aber dennoch blieb natürlich vieles liegen. Niemals vergesse ich, wie meine beiden Jungs versuchten, zum ersten Mal in ihrem Leben Hemden und T-Shirts zu bügeln.

Die zwei Monate, die ich ausgefallen bin, waren zwar äußerst schmerzhaft und bedrückend. Sie machten mir andererseits klar, wie dankbar man für einen gesunden Körper und die damit verbundene Bewegungsfreiheit sein muss. Mit Hilfe sporadischer SpineMed-Anwendungen, Physiotherapie und täglichen Streck- und Fitnessübungen tue ich alles, damit dies künftig so bleibt.



Auf der computergesteuerten Behandlungsliege wird der betroffene Zwischenwirbelsäule sanft und schmerzlos gedehnt. Integrierte Sensoren messen die Abwehrspannung von Beatrix Schmidt und passen die vom Gerät dynamisch ausgeführte Dehnung kontinuierlich an.



„Vor Qualen verließ ich kaum noch das Haus“

Beatrix Schmidt