

DAS THEMA: Abendsprechstunde "Rückenschmerzen, Bandscheibenvorfall & Co."

INFO

Kontakt und Beratung

Die Klinik für Chirurgie, Fachbereich Orthopädie, Unfallchirurgie und Wirbelsäulenchirurgie, am Marien-Hospital Marl unter der Leitung von Chefarzt PD Dr. Marc Röllinghoff ist die einzige Klinik im Verbund der KKRn, die als Schwerpunkt die Therapie von Wirbelsäulenerkrankungen anbietet.

Als zertifizierte Wirbelsäulenchirurgie steht der Patient hier nach Aussagen von Röllinghoff mit seinen individuellen Beschwerden und Bedürfnissen im Mittelpunkt: „Unsere Patienten erhalten Therapien und Therapieverfahren, die den neusten orthopädischen Therapieformen entsprechen“, so der Mediziner.

„Konservativ geht vor operativ“ – ist das leitende Motto. Das bedeutet: Eine Operation ist immer nur das letzte Mittel der Wahl. Oft können die Experten im Marien-Hospital sie vermeiden. Um die Diagnose zu finden, erhalten die Betroffenen eine ausführliche klinische und neurologische Untersuchung sowie bildgebende Verfahren wie Magnetresonanztomografie (MRT) und Röntgenuntersuchungen. Zur Behandlung kann später auch eine multimodale Schmerztherapie wird angeboten werden.

**Kontakt**  
Marien-Hospital Marl  
Hervester Straße 57  
45768 Marl  
☎ : 02365 911-0  
Telefax: 02365 911-300  
Mail: marl@kkrn.de  
Klinik für Chirurgie,  
Fachbereich Orthopädie,  
Unfallchirurgie und Wirbelsäulenchirurgie  
Sekretariat  
Anke Burneleit  
☎ : 02365 911-251  
Telefax: 02365 911-302

DEMNÄCHST

Sprechstunden am Abend

- 17. September: Psychosomatische Störungen mit Fachmediziner der LWL-Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik Hert.
- 1. Oktober: Beckenboden mit Fachmediziner des Prosper-Hospitals Recklinghausen.
- 15. Oktober: Vorhofflimmern mit Fachmediziner des Marien-Hospitals Marl.
- Alle Abendsprechstunden beginnen um 18.30 Uhr. Und wie immer werden wir Sie auch auf unseren donnerstags erscheinenden Seiten „Gesund im Vest“ informieren.

BEI UNS IM NETZ

Sprechstunde verpasst?

Marl. Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des MEDIENHAUSES BAUER war? Oder sind Sie auf der Suche nach den richtigen Kontakten und medizinischen Abteilungen zu Ihrem speziellen Gesundheitsthema? Kein Problem: Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden!

@ www.gesund-im-vest.de

# Das Kreuz mit dem Kreuz

MARL. In 90 Prozent der Fälle hilft eine konservative Therapie. Doch auch Wirbel-Versteifungen nehmen zu.

Von Ina Fischer

Jedes Jahr werden in Deutschland rund 280.000 Menschen wegen eines Bandscheibenvorfalls in deutschen Kliniken behandelt - ein wahres Volksleiden also. Doch warum gibt es so viele Fälle? Und: Wird zu oft operiert?

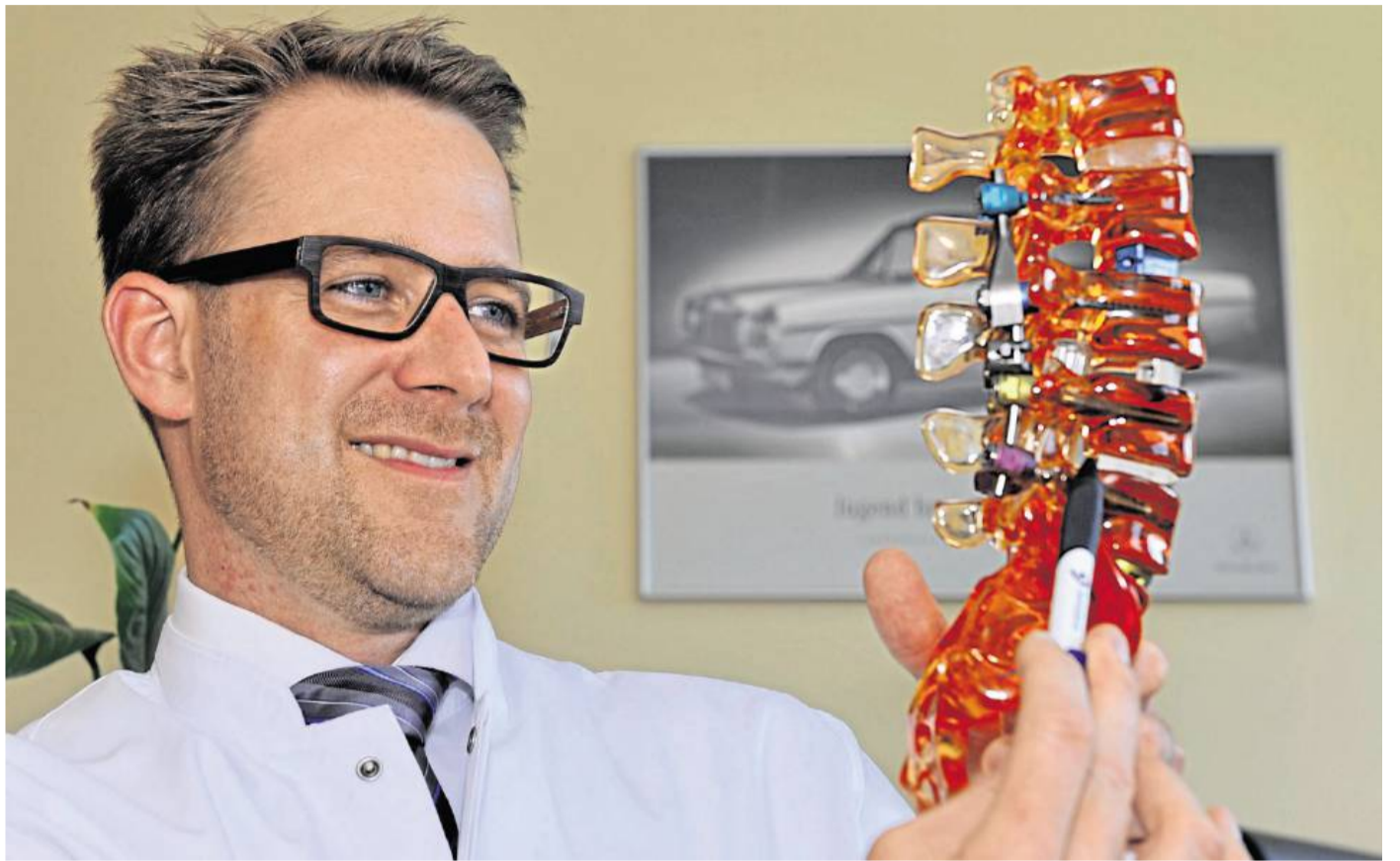
Es ist ein Kreuz mit dem Kreuz. Schmerzen in der Rückenregion, sind heute weit verbreitet. Wir bewegen uns solange gedankenlos und leben unser Leben, bis er da ist - der Schmerz. Zunächst ist er ja etwas Gutes. Er warnt uns, dass etwas nicht in unserem Körper stimmt. Doch wird er chronisch, nimmt er uns die Lebensqualität. Dennoch kann man viel dagegen tun, ist das Fazit, das die Experten des Marler Marien-Hospitals für die nächste Abendsprechstunde „Rückenschmerzen, Bandscheibenvorfall & Co“ am Montag, 3. September, ziehen.

Konservativ vor operativ

Untersuchungen zufolge leiden bis zu 70 Prozent der Bevölkerung mindestens einmal im Leben unter Rückenschmerzen. Diese können sowohl organische Ursachen haben, aber auch durch ständige Fehlhaltungen und mangelnde körperliche Aktivität entstehen. Doch warum geschieht das so häufig? Ist die Wirbelsäule eine Fehlkonstruktion? Oberarzt

Sebastian Mahr aus der Klinik für Chirurgie wird dieses Problem näher betrachten und sich in seinem Vortrag vor allem mit der Diagnose und Therapie von Bandscheibenvorfällen näher beschäftigen, aber auch mit der Prophylaxe.

PD Dr. Marc Röllinghoff, Chefarzt der Klinik für Chirurgie, schließt sich an und zeigt aktuelle Fallbeispiele mit Wirbelgleiten oder beidseitigem Bandscheibenvorfall. Seine Erfahrung: „80 bis 90 Prozent der Patienten mit akuten Rückenschmerzen haben nach zwei, drei Monaten dank konservativer Maßnahmen keine Beschwerden mehr.“ Diese verschiedenen konservativen Methoden stehen im Mittelpunkt seines Vortrages, in dem er auch die Studienlage erläutert: Demnach zeigen mindestens sechs Studien, dass die besonders häufig auftretenden Bandscheibenvorfälle sich im Verlauf von einem Jahr verkleinern und damit sogar weniger Schmerzen verursachen können. Eigentlich ein Zeichen dafür, dass weniger zum Messer gegriffen werden müsste. Das Paradoxe: Operationen an der Wirbelsäule haben laut Röllinghoff in den letzten zehn Jahren extrem stark zugenommen. Während Bandscheibenoperationen hier eine Steigerungsrate um 40 Prozent



Privatdozent Dr. Marc Röllinghoff, Chefarzt der Klinik für Chirurgie, Fachbereich Orthopädie, Unfallchirurgie und Wirbelsäulenchirurgie, erläutert die Komplexität der Wirbelsäule bei der Abendsprechstunde. —FOTO: GÜNTER SCHMIDT

aufweisen, haben Versteifungen sogar mehr als 200 Prozent zugenommen. Wird zu oft operiert? Welche Alternativen gibt es? Und wie gut sind zum Beispiel flexible Implantate (Dynamische Stabilisierung) statt einer Versteifung? Auch das wird Thema der Abendsprechstunde sein.

„Wenn der Rücken schmerzt – In Bewegung bleiben – aber wie?“ lautet das Thema von Susanne Langenhorst. Die Leiterin von KKRn-aktiv e.V., einem Verein für Gesundheitssport im Klinikverbund, dem auch das Marien-Hospital angehört, erklärt, welche Sportarten geeignet sind, die Rücken-

muskulatur so zu stärken, dass Bandscheibenvorfälle und Co. vermieden werden können. „Regelmäßig ist dabei weit wichtiger als übermäßig“, erklärt die Trainerin. „Der Spaßfaktor sollte nicht zu kurz kommen.“ KKRn-aktiv e.V. bietet verschiedene Trainingsmöglichkeiten an, egal ob Faszientraining, Pilates,

Wirbelsäulengymnastik oder HWS Spezial, für jeden ist garantiert etwas dabei.

INFO Die Abendsprechstunde „Rückenschmerz“ findet statt am Montag, 3. September, ab 18.30 Uhr im Café des Marien-Hospitals, Hervester Str. 57, in Marl. Der Eintritt ist frei.

## Wird zu oft geschnippelt?

Nein, für eine OP gibt es laut Experte klare Kriterien.

Marl. (ifi) Sind bei einem Bandscheibenvorfall alle konservativen Therapien ausgeschöpft, bleibt häufig nur noch eine Option: die Operation.

Doch einer Studie der Bertelsmann-Stiftung aus dem Jahr 2015 zufolge landen immer mehr Patienten mit Rückenleiden auf dem OP-Tisch. Wird zu leichtfertig operiert?

Nein, sagt PD Dr. Marc Röllinghoff. „Für eine stationäre Einweisung bei Rückenschmerzen müssen klare Kriterien eingehalten werden.“

Natürlich könne man je nach Ausfallerscheinungen einen Versuch mit wirbelsäulennahen Spritzen in Kombination mit einer guten Rückenschule starten. Das helfe aber eben nicht immer. Eine

gute OP-Indikation ergebe sich dann in jedem Fall aus der individuellen Anamnese des Patienten, einer ausführlichen klinischen Untersuchung sowie einer aktuellen MRT/CT-Diagnostik, also bei bildgebenden Verfahren. Dabei würden die Vor- und Nachteile der verschiedenen OPs besprochen und bestenfalls mit der aktuellen Studienlage verglichen. „Bei uns in Marl gehört das zum Standard“, sagt der Mediziner.

„Mir geht es heute deutlich besser.“

Das Wichtigste dabei sei erfahrungsgemäß ein ehrliches Vertrauensverhältnis zwischen Ärzten und Patienten. Maram Dalgamoni ist eine von ihnen. 2009 hatte sie ei-

nen Bandscheibenvorfall und versuchte, die Schmerzen mit Bewegung und Medikamenten in den Griff zu bekommen, aber sie verschlimmerten sich. Ende 2017 suchte sie dann die Wirbelsäulensprechstunde von Chefarzt Röllinghoff am Marien-Hospital auf.

Nach einer Schmerztherapie im Krankenhaus bemerkte die 48-jährige Mutter von vier Kindern eine leichte Besserung, aber die Rückenschmerzen kamen nach eigenen Aussagen immer wieder, also blieb nur noch eine Operation.

Vier Wochen nach dieser OP bemerkte Maram Dalgamoni endlich eine Veränderung: „Mir geht es heute deutlich besser und ich habe keine Empfindungsstörungen mehr – ich bin froh, den Rat von Dr. Röllinghoff angenommen zu haben – ich habe mich bei ihm und den Mitarbeitern des Marler Krankenhauses sehr gut aufgehoben gefühlt“, berichtet sie.

INFO Neben den akuten Fällen, die sich jederzeit in der Notfallambulanz 24 Stunden, 365 Tage im Jahr vorstellen können, bietet die Klinik für Chirurgie, Fachbereich Orthopädie, Unfallchirurgie und Wirbelsäulenchirurgie eine Wirbelsäulensprechstunde an. Hier können sich Patienten mit ihren verschiedenen traumatischen und degenerativen Wirbelsäulenerkrankungen untersuchen und Vorschläge zur Therapie geben lassen. Die Wirbelsäulensprechstunde (auch für Zweitmeinungen geeignet) von Chefarzt PD Dr. Marc Röllinghoff findet dienstags und donnerstags von 8.30 bis 11.30 Uhr in der Chirurgischen Ambulanz, 1. OG, statt. Eine telefonische Anmeldung erfolgt über das Sekretariat unter ☎ 02365 911-251. E-Mail: marl.chirurgie@kkrn.de



Maram Dalgamoni hat sich für eine Bandscheiben-OP im Marien-Hospital entschieden und ist zufrieden. —FOTO: KKRn

ANZEIGE

GESUND IM VEST.de



ABENDSPRECHSTUNDE

## Rückenschmerzen, Bandscheibenvorfall & Co.

Konservativ vor operativ – Wird zu viel operiert?



Montag, 3. Sept. 2018, 18.30 Uhr

Café-Bistro, Marien-Hospital Marl, Hervester Straße 57, 45768 Marl

Moderation: René Preuß, Mitarbeiter des Medienhauses Bauer

Um Anmeldung wird gebeten: ☎ 02365 911-251

Eintritt frei!



Referenten



**Sebastian Mahr**  
Oberarzt der Klinik für Chirurgie, Fachbereich Orthopädie, Unfallchirurgie und Wirbelsäulenchirurgie  
„Diagnose und Therapie von Bandscheibenvorfällen“



**PD Dr. Marc Röllinghoff**  
Chefarzt der Klinik für Chirurgie, Fachbereich Orthopädie, Unfallchirurgie und Wirbelsäulenchirurgie  
„Wirbelsäulenerkrankungen – Wird zu viel operiert?“



**Susanne Langenhorst**  
Leiterin KKRn-aktiv  
„Wenn der Rücken schmerzt: In Bewegung bleiben – aber wie? Gesundheitssport im KKRn-aktiv e.V.“

