



PRESSEMITTEILUNG

Tag der Rückengesundheit 15. März 2017 „Balance halten – Rücken stärken“

Die Deutsche Wirbelsäulengesellschaft (DWG) informiert zum Tag der Rückengesundheit:

Der Prävention von Rückenschmerzen kommt eine entscheidende Bedeutung zu

Rückenschmerzen treten in der heutigen zivilisierten Gesellschaft so häufig und regelmäßig auf, dass man provokativ davon sprechen kann, dass diese normal sind. Fast jeder hat schon mindestens einmal eine Episode mit starken Rückenschmerzen erlebt. Zum Glück lösen sich diese in 90% der Fälle innerhalb von 6 Wochen wieder auf. Aber was passiert, wenn sie immer wieder kommen oder gar nicht mehr weg gehen? Lange Zeiten der Arbeitsunfähigkeit drohen. Wer länger als 6 Monate wegen Rückenschmerzen aus dem Job raus ist, schafft es selten wieder in den Beruf zurück. Deshalb ist es wichtig die Schmerzursache zu finden und frühzeitig mit der geeigneten Therapie zu beginnen.

Die Ursachen von Rückenschmerzen können einerseits begründet sein in sog. spezifischen Erkrankungen. Hierbei finden sich konkrete krankhafte Veränderungen am Organ der Wirbelsäule, so z.B. eine Entzündung, eine Instabilität, ein Wirbelbruch, ein Tumor oder ein Bandscheibenvorfall mit Nervendruck.

Weitaus häufiger finden sich dagegen sog. nicht-spezifische Rückenschmerzen. Hier lässt sich die genaue Ursache der Beschwerden nicht definieren. Vielmehr erscheint in diesen Fällen die Balance sowohl im körperlichen Bereich als oftmals auch im psychischen Bereich nicht mehr gegeben zu sein. Als Auslöser dieser Beschwerden gilt u.a. eine Fehlbelastung der Wirbelsäule z.B. verursacht durch das Tragen schwerer Lasten oder durch monotone Körperhaltungen. Auch allgemein fehlende körperliche Bewegung, übertriebene sportliche Belastung oder auch ein erhebliches Übergewicht werden als Auslöser verantwortlich gemacht. Aber auch akute oder chronische, seit Jahren bestehende, psychische oder soziale Belastungsfaktoren können regelmäßig im Zusammenhang mit Rückenschmerzen beobachtet werden. Faktoren sind hier oft ein hoher Leistungsdruck am Arbeitsplatz, soziale Konflikte im beruflichen oder privaten Umfeld, oder existenzielle wirtschaftliche Ängste.



Der Vorsitzende der Kommission konservative Wirbelsäulentherapie der „**Deutschen Wirbelsäulengesellschaft (DWG)**“, Professor Dr. Karl-Stefan Delank, berichtet, dass die richtige Diagnose meistens schon durch eine gute und umfassende Beschreibung des Beschwerdebildes, eine gezielte krankheitsbezogene Familien- und Berufsanamnese und eine gründliche körperliche Untersuchung durch den Wirbelsäulenspezialisten gestellt werden kann. Bildgebende Untersuchungen (Röntgen/MRT/CT) sind nur dann sinnvoll, wenn nach einer 6-wöchigen Behandlung die Beschwerden immer noch vorhanden sind oder aber Warnhinweise vorliegen für eine Fraktur/Entzündung/Tumor oder Nervenschädigung. Nach Aussage von Professor Delank wird es bei sog. chronischen Rückenschmerzen (>12 Wochen) immer schwieriger, die ursprüngliche Ursache herauszufinden. Körperliche Veränderungen an der Wirbelsäule und psychische sowie soziale Belastungsfaktoren vermischen sich immer mehr und lassen sich dann oftmals nur noch unzureichend trennen.

Vor diesem Hintergrund ist nicht nur die frühzeitige Behandlung, sondern vor allem die Prävention von entscheidender Bedeutung. Das diesjährige Motto des Tages der Rückengesundheit „Balance halten – Rücken stärken“ unterstreicht die Notwendigkeit, das Leben körperlich aktiv zu gestalten und auf ein gesundes Gleichgewicht zu achten.

Der unkomplizierte akute Rückenschmerz lässt sich durch eine kurzweilige Schonung und muskelentspannende Maßnahmen gut behandeln. Bettruhe ist allerdings **nicht** zu empfehlen! Ausreichend Bewegung ist notwendig, evtl. unter kurzfristiger Einnahme eines schmerzlindernden Medikamentes, um Schonhaltungen zu vermeiden, Bandscheiben und Muskeln ausreichend zu ernähren und Muskelverspannungen entgegen zu wirken. Ambulante physiotherapeutische Behandlungen können zusätzlich eingesetzt werden. Bei einem chronischen Rückenschmerz muss immer ein Team aus verschiedenen Fachdisziplinen und Therapeuten in die Diagnostik und Therapie aktiv einbezogen werden. So gelingt es eine sog. multimodale Therapie durchzuführen, die heutzutage als Standardbehandlung bei diesen Patienten anzusehen ist.

Nur bei spezifischen Rückenschmerzen deren Ursache z.B. eine Entzündung, eine Wirbelfraktur, ein Tumor oder ein Bandscheibenvorfall mit Nervenkompressionserscheinungen oder eine andere organisch fassbare Wirbelsäulenveränderungen ist, kann die operative Therapie sinnvoll sein.

Die Deutsche Wirbelsäulengesellschaft (DWG) weist anlässlich des Tages der Rückengesundheit darauf hin, dass der Prävention von Rückenschmerzen eine ganz entscheidende Bedeutung zukommt und unterstützt daher das diesjährige Motto ausdrücklich. Bei bereits eingetretenen Rückenschmerzen ist jedoch eine frühzeitige und konsequente konservative Therapie notwendig. Gleichzeitig macht sie aber auch darauf aufmerksam, dass manche Wirbelsäulenerkrankungen sehr erfolgreich durch moderne operative Behandlungsmaßnahmen behandelt werden können oder gar müssen.

Frankfurt, den 15. März 2017



Experten zu diesem Thema vermittelt:

DWG-Pressesprecherin

Dr. Annette Heller

Mobil: 0173 – 65 22 321

E-Mail: aamheller@aol.com

DWG im Kurzportrait:

Bis zum Jahr 2006 gab es in Deutschland zwei Gesellschaften, die sich wissenschaftlich mit den Problemen der Wirbelsäule auseinandersetzten:

1. Deutsche Gesellschaft für Wirbelsäulen Chirurgie
2. Gesellschaft für Wirbelsäulenforschung.

Die Deutsche Gesellschaft für Wirbelsäulen Chirurgie (DGW) wurde am 4. Juni 1987 in Hamburg gegründet als eine Vereinigung von Chirurgen, Unfallchirurgen, Orthopäden, Neurochirurgen sowie weiteren Personen, die auf dem Gebiet der Wirbelsäule in Klinik und Forschung tätig waren.

Zweck waren die Weiterentwicklung und Vertiefung der klinischen und wissenschaftlichen Forschung auf dem Gebiet der Wirbelsäulen Chirurgie. Aufgabe der Mitglieder der Gesellschaft war es, durch den Austausch und die Vermittlung eigener Kenntnisse und Erfahrungen die experimentelle und klinische Forschung auf diesem Gebiete zu fördern.

Die Gesellschaft für Wirbelsäulenforschung wurde schon viel früher, nämlich am 5. Juli 1958, in Frankfurt gegründet, um die interdisziplinäre Auseinandersetzung mit den Problemen der Wirbelsäule zu fördern. Regelmäßige Jahres- und Arbeitstagungen und die Herausgabe der Zeitschrift "Wirbelsäule in Forschung und Praxis" zeigten das Engagement.

Darüber hinaus wurden herausragende wissenschaftliche Arbeiten mit dem Georg-Schmorl-Preis ausgezeichnet. Verdiente Wirbelsäulenforscher wurden durch die Junghanns-Gedächtnis-Vorlesung geehrt.

Thematische und inhaltliche Überschneidungen führten schon ab 1990 zu Bemühungen, eine Vereinigung beider Gesellschaften zu erreichen, um die Kräfte zu bündeln. Zu diesem Zeitpunkt war aber aufgrund von auftretenden Widerständen die richtige Idee noch nicht durchsetzbar.

Im Jahr 2003 schließlich wurde Herr Prof. Carstens zum Präsidenten der Gesellschaft für Wirbelsäulenforschung gewählt. Auf der entscheidenden Mitgliederversammlung wurde ihm das ausdrückliche Mandat zur erneuten Kontaktaufnahme mit der Deutschen Gesellschaft für Wirbelsäulen Chirurgie übertragen mit dem Ziel von Gesprächen hinsichtlich einer möglichen Vereinigung beider Gesellschaften.

Die Veränderungen auch auf europäischer Ebene mit der Entstehung von "Spine Societies" in vielen Ländern der Welt und einer "Spine Society of Europe" zeigten die Notwendigkeit der Überprüfung der bisherigen Überlegungen.

Nicht zuletzt waren das persönliche Vertrauensverhältnis der Präsidenten der beiden Fachgesellschaften Herr Prof. Carstens und Herr Prof. Mayer und die hervorragende Zusammenarbeit der Vorstandsmitglieder der beiden Gesellschaften die unabdingbare Grundlage dafür, das Projekt "Deutsche Wirbelsäulengesellschaft" zu realisieren.

In vielen Verhandlungen konnte man sich auf eine gemeinsame Satzung einigen, die von Herr Prof. Carstens und Herr Prof. Wilke, dem damaligen Generalsekretär der DGW, ausgearbeitet wurde. Formal wurde die Vereinigung dadurch ermöglicht, dass sich die Gesellschaft für Wirbelsäulenforschung 2005 auflöste und ihren Mitgliedern empfahl, in die Deutsche Gesellschaft für Wirbelsäulen Chirurgie einzutreten.

Diese wiederum beschloss auf der Jahrestagung 2006 in München ihre Umbenennung in "Deutsche Wirbelsäulengesellschaft (DWG)". Herr Prof. H. Michael Mayer aus München, der letzte Präsident der Deutschen Gesellschaft für Wirbelsäulen Chirurgie, wurde der erste Präsident der DWG, Herr Prof. Claus Carstens wurde dann 2007 der zweite Präsident.

Die Notwendigkeit des Zusammenschlusses der beiden Gesellschaften und die damit verbundene Freisetzung von offensichtlich vorhandenen Potentialen werden durch die folgenden Zahlen verdeutlicht. Die Jahrestagungen der Gesellschaft für Wirbelsäulenforschung verzeichneten ca. 50, die der Deutschen Gesellschaft für Wirbelsäulen Chirurgie ca. 350 Teilnehmer.

Der Gründungskongress der DWG 2006 in München zählte dagegen 747 Besucher, 2007 in Mannheim waren es 819, in Ulm 2008 schon 1.025, in München 2009 1.291, in Bremen 2010 1.303, in Hamburg 1.427 Besucher, in Stuttgart 1.491 und 2013 in Frankfurt 1.609 Teilnehmer.

Inzwischen ist die DWG die größte, fachgebundene Wirbelsäulengesellschaft Europas. Sie ist das interdisziplinäre Forum von Grundlagenforschern sowie konservativ und operativ tätigen Kollegen in Deutschland. Die Ende des Jahres 2012 über 1.250 Mitglieder rekrutieren sich mit einer jedes Jahr steigenden Zahl in erster Linie aus Neurochirurgen, Unfallchirurgen und Orthopäden. Die beschriebene Erfolgsgeschichte wird weitergehen und zeigt retrospektiv die Richtigkeit der 2005 - 2006 getroffenen Entscheidungen.