

So wird Ihre Wirbelsäule wieder fit

Unser
Experte



Dr. Alexander Kirgis

Orthopädische Chirurgie München
(OCM)
Steinerstraße 6
81369 München
Telefon: 089/20 60 82-0
www.ocm-muenchen.de
E-Mail: ocm@ocm-muenchen.de

► Erfolgreicher Eingriff bei Wirbelgleiten

Der Mann war sein Leben lang im Vollgas-Modus unterwegs – vor allem auf Skiern. Doch kurz vor seinem 50. Geburtstag konnte Ex-Abfahrtsweltmeister Hansjörg Tauscher kaum noch den Abfall zur Mülltonne bringen: „Die Schmerzen beim Gehen waren brutal!“ Deshalb legte sich Tauscher beim Wirbelsäulen-Spezialisten Dr. Alexander Kirgis von der Orthopädischen Chirurgie München (OCM) unters Messer. Der erfahrene Mediziner gilt als Mann für die großen und komplexen Eingriffe, auch Tauscher operierte er mehrere Stunden lang. Mit Erfolg: „Ich habe praktisch eine zweite Lebenschance gewonnen.“

Ex-Weltmeister litt an starken Schmerzen

Rückblende: Tauscher kam mit der Diagnose Spondylolisthesis zu Dr. Kirgis, so lautet der medizinische Fachbegriff für Wirbelgleiten. Der vierte Lendenwirbel war über den fünften nach vorne gerutscht und drückte auf die Nerven im Wirbelkanal. Die Symptome schildert Tauscher so: „Schmerzen im Rücken, die in die Beine ausstrahlen, verbunden mit Gefühlsstörungen.“ Und das über Jahre – bis sich die Beschwerden so sehr verschärften, dass Tauscher jede Lebensqualität verloren ging. Dem früheren Ski-Champion aus dem Allgäu blieb nichts anderes übrig, als sich unters Messer zu legen – eine Versteifungsoperation. „Solche Eingriffe werden oft verteufelt“, weiß Dr. Kirgis – u. a. deshalb, weil sie den Verschleiß an benachbarten Wirbelsegmenten befeuern können. „Es gibt aber Fälle, in denen es zur Versteifung keine Alternative gibt – vor allem bei einer gravierenden Instabilität des betroffenen Wirbelsäulenabschnitts. So war es auch bei Herrn Tauscher. Er ist das Paradebeispiel dafür, dass nach korrekt vorgenommenen Versteifungen sehr gute Ergebnisse erzielt werden können“, betont der Wirbelsäulen-Spezialist von der OCM. Während des Eingriffs setzte er bei Tauscher ein System aus Titanstäben, Schrauben und einem Platzhalter für die zerstörte Bandscheibe (Fachbegriff Cage – englisch für Käfig) ein, um die Wirbelsäule zu stabilisieren.

Er half vielen Promis wieder auf die Beine

Eine Technik, die Dr. Kirgis mit viel Erfahrung anwendet. Neben den Eingriffen an der Wirbelsäule führt er auch Gelenkersatz-Operationen durch. Zu seinen Patienten gehören zahlreiche Promis. So hat der Münchner Orthopäde unter anderem Kino-Star Til Schweiger, dem Schlagler-Barden Costa Cordalis und Willi Weber, dem früheren Manager von Formel-1-Legende Michael Schumacher, wieder auf die Beine geholfen. Der Promi-Operateur selbst bleibt dabei bescheiden: „Der Bekanntheitsgrad eines Patienten spielt für mich keine Rolle. Entscheidend ist, dass es dem Menschen nach der OP besser geht. Dazu bin ich da.“

Unser
Experte



Dr. Felix Söller

Medizinisches Versorgungszentrum im
Helios (MVZ)
Helene-Weber-Allee 19
80637 München
Telefon: 089/159277-0
www.mvz-im-helios.de
E-Mail: info@drsoeller.de

► Hydrogel-Therapie stärkt Bandscheiben

Klein, aber oho: Sie sind gerade mal fünf bis 20 Millimeter dünn. Und doch spielen die 23 Bandscheiben im Rücken eine ganz wichtige Rolle – als hochelastische Stoßdämpfer zwischen den Wirbelkörpern. Umso schmerzhafter kann es werden, wenn sich die Bandscheiben im Laufe des Lebens abnutzen. „Man spricht dann von degenerativen Veränderungen“, weiß Dr. Felix Söller vom Medizinischen Versorgungszentrum (MVZ) für Orthopädie in München. Der erfahrene Orthopäde setzt eine innovative Behandlungsmethode ein, um die Funktion abgenutzter Bandscheiben wieder zu verbessern: die Hydrogel-Therapie.

Bandscheibenkern speichert Flüssigkeit

Der Kern der Bandscheiben besteht zu einem hohen Anteil aus Wasser. Doch mit der Zeit verlieren sie häufig die Fähigkeit, Flüssigkeit zu speichern – und büßen dadurch ihre Pufferfunktion zunehmend ein. Doch längst nicht immer müssen sich die Betroffenen gleich unters Messer legen. So lassen sich die abgenutzten Bandscheiben in vielen Fällen reparieren – wenn man sie rechtzeitig behandelt. Zwei Voraussetzungen müssen erfüllt sein: „Zum einen darf der äußere Ring um den Bandscheibenkern noch nicht durchbrochen sein, dann würde ein Bandscheibenvorfall vorliegen“, erläutert Dr. Söller. „Zum anderen muss die Bandscheibe noch mindestens die Hälfte ihrer Originalhöhe besitzen.“ Um diese Voraussetzungen zu prüfen, ist eine gründliche Diagnostik sehr wichtig. „Dabei spielt die Bildgebung eine wichtige Rolle, insbesondere die Kernspintomographie“, erklärt Dr. Söller. „Damit lassen sich unter anderen Abnutzungsprozesse an den Bandscheiben sehr gut erfassen.“ Die Hydrogel-Therapie ist in vielen Fällen ein erfolgversprechender Schritt, nachdem alle konservativen Behandlungsmöglichkeiten ausgeschöpft worden sind. Dabei schiebt der Arzt eine Hohlnadel direkt in den Bandscheibenkern. Durch die Nadel platziert er mehrere, etwa 1,5 Zentimeter große Hydrogel-Stäbchen direkt im Kern. Das schaut aus wie eine Nudel und zieht Wasser an. „Innerhalb einer Stunde quillt das Hydrogel auf das Zehnfache an und baut die Bandscheibe praktisch von innen wieder auf. Dadurch erhält sie wieder ihre frühere Höhe und Elastizität zurück“, berichtet Dr. Söller.

Eingriff dauert 15 bis 20 Minuten

Der Eingriff wird unter Lokalanästhesie oder einer leichten Dämmerschlafnarkose vorgenommen. Er dauert etwa 15 bis 20 Minuten. „Eine spezielle Nachbehandlung ist nicht erforderlich“, erläutert Dr. Söller. „Nach zwei bis drei Tagen ist der Patient wieder fit für den Alltag. Allerdings sollte er körperliche Anstrengung in den ersten beiden Wochen nach dem Eingriff vermeiden.“

Unser
Experte



Prof. Marcus Schmitt-Sody

Medical Park Chiemsee
Birkenallee 41
83233 Bernau-Felden
Telefon: Tel.: 08051/801-672
www.medicalpark.de
E-Mail: MPC.arztsekretariat@medicalpark.de

► Stationäre Reha hilft Patienten auf die Beine

Ein Eingriff am Rücken will gut geplant sein. Deshalb überlegen sich viele Patienten genau, ob und von wem sie sich operieren lassen. Doch der Gedanke an die Zeit unmittelbar nach der Klinik wird oft ein bisschen vernachlässigt. Dabei ist eine professionelle stationäre Reha sehr häufig der Schlüssel dazu, schnell wieder auf die Beine zu kommen. „Unser Erfolgsrezept ist eine multidisziplinäre Therapie“, erläutert der renommierte Reha-Experte und Orthopädie-Professor Dr. Marcus Schmitt-Sody. „Das ist eine Kombi aus bewährten Behandlungsbausteinen, die für jeden Patienten individuell zusammengestellt wird.“

Maßgeschneiderter Behandlungsplan

Dabei haben der Ärztliche Direktor der Medical-Park-Kliniken Bernau-Felden und Prien am Chiemsee und sein Team viel Erfahrung. In den beiden Häusern helfen sie jedes Jahr rund 6000 Patienten, wieder fit zu werden. Übrigens nicht nur nach Operationen, sondern auch bei lange anhaltenden Schmerzen – beispielsweise bei chronischen unspezifischen Rückenschmerzen. Was genau machen die Patienten im Medical Park? Professor Schmitt-Sody: „In der Regel bleiben sie drei bis vier Wochen bei uns und haben die Möglichkeit, sich ganz aufs Gesundwerden zu konzentrieren.“ Ihr Tag ist durchgeplant, sie haben verschiedene Arzt- und Behandlungstermine – beispielsweise bei Physiotherapeuten. „Gerade für Rückenpatienten ist ein intensives stabilisierendes Trainingsprogramm mit dosiertem Muskelaufbau von zentraler Bedeutung“, weiß Professor Schmitt-Sody. „Besonders wichtig ist ein stabiler Rumpf. Er ist die Basis dafür, dass die Wirbelsäule die Last des Körpers schultern kann.“ Das Trainingsprogramm ist sehr vielfältig – von Einheiten an Geräten über Gymnastik auf der Matte und Einheiten im Schwimmbad bis hin zu Koordinationsübungen, Sturzprophylaxe und einer Rückenschule. Darin lernen die Patienten, wie sie ihren Arbeitsplatz rückschonend gestalten können, wie sie im Alltag richtig heben oder welche Sportarten für ihren Rücken geeignet sind. „Es geht uns darum, die Patienten für ihren Alltag zu wappnen. Sie bekommen auch ein Trainingsprogramm für zu Hause mit“, betont Professor Schmitt-Sody.

Stress-Abbau und Medikamenten-Check

Zu den Therapiebausteinen gehört in manchen Fällen auch eine Verhaltenstherapie. Dabei erarbeiten die Patienten gemeinsam mit speziell geschulten Psychologen, wie sie den Stress und bestimmte Belastungen reduzieren können, die ihre Rückenschmerzen bislang befeuert haben. Apropos Schmerzen: Auch die Medikamente werden in der stationären Reha im Medical Park immer wieder überprüft und gegebenenfalls neu eingestellt.