

# Die sanfte Front im Kampf gegen Schmerzen

## Die Manuelle Orthopädie

Millionen Menschen leiden jahrelang darunter und betrachten sie beinahe schon als festen Bestandteil ihres Alltags: Rücken- und Gelenkschmerzen. Manch einer versucht, dem Übel durch Medikamente abzuhelfen. Meistens ist die Hilfe, die sich so erzielen lässt, allerdings nur von kurzer Dauer. Denn die eigentlichen Ursachen für die Beschwerden lassen sich oft nicht auf biochemischem Wege beseitigen. Häufig liegt die Wurzel des Problems in den so genannten Triggern, schmerzhaften Muskelverhärtungen, die im Zusammenhang mit Funktionsstörungen des Haltungs- und Bewegungsapparats auftreten. Eine Therapiemethode, die hier verbessernd eingreift, ist die Manuelle Orthopädie. Darüber sprach ORTHOpress mit Dr. Ingo Lauterbach, der als Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie und Physikalische Medizin gemeinsam mit Dr. Helmut Weber und Dr. Georg Löffler das Therapiezentrum für Manuelle Orthopädie in Bad Wildbad leitet.

Herr Dr. Lauterbach, welche Behandlungsmethoden eignen sich bei Blockierungen und Muskelverhärtungen?

Um unseren Patienten langfristig wirklich helfen zu können, müssen wir die Entstehungsmechanismen ihrer Beschwerden erfassen. Die schmerzauslösenden Trigger haben ihre Ursache in der Regel in verkürzten Muskeln des Bewegungsapparats oder des Rückens. Kommt es zu einem übermäßigen Zug auf die entsprechenden Gelenke, führt das zu Wirbel- und Gelenkblockaden. Ein solches muskuläres Ungleichgewicht kann in bestimmten Fällen sogar zu Schwindel und Migräne führen. Unglücklicherweise reagieren die Patienten auf muskuläre Verspannungen häufig mit einer Schonhaltung, was dann wiederum zu einer übermäßigen Belastung von Sehnen und Bandscheiben führt.

Wie ist es möglich, einen solchen Teufelskreis zu durchbrechen?

Wenn es sich um Blockierungen und Muskelverhärtungen handelt, die bereits seit mehreren Jahren existieren, greifen wir auf die Trigger-Stoßwellen-Therapie zurück. Mithilfe der Stoßwellen, die in einem speziellen Gerät erzeugt werden, ist es möglich Muskelverkrampfungen aufzulösen.

Das klingt fast so, als könnte man die Beschwerden quasi auf Knopfdruck ausschalten.

Ganz so einfach ist es natürlich nicht. Die Stoßwellentherapie stellt im Übrigen für uns nur dann eine Option dar, wenn manuelle Behandlungstechniken an ihre Grenzen stoßen. Die meisten Trigger lassen sich bereits mit der Manuellen Orthopädie beseitigen. Das ist eine Behandlungsmethode, die, anders als beispielsweise die Osteopathie, die ja auch zu den manuellen Therapieverfahren gehört, nicht auf der mechanischen Beein-

flussung von Muskeln, Bändern und Gewebe beruht, sondern auf der so genannten neuroartikulären Technik. Dabei werden bestimmte Stellreflexe des Nervensystems ausgelöst. Die Wirkung tritt dadurch ein, dass ein neuronales Verschaltungsgeschehen in Gang gesetzt wird, das den Schmerzkreislauf positiv beeinflusst, da die Gelenkfunktion wiederhergestellt wird und Bandscheiben entlastet werden. Der Vorzug dieser Methode liegt darin, dass sich der günstige Effekt in den meisten Fällen umgehend oder nach nur wenigen Behandlungen bemerkbar macht. Manche Patienten haben das Gefühl, als hätte jemand einen Schalter umgelegt und die Schmerzen dadurch beseitigt. Allerdings darf man sich von der therapeutischen Praxis kein falsches Bild machen. In der Regel gibt es niemals nur eine einfache Lösung. Stattdessen muss es darum gehen, verschiedene Behandlungsformen sinnvoll miteinander zu kombinieren. Das schließt nicht zuletzt die aktive Mitarbeit des Patienten etwa in Form von Krankengymnastik ein.

Herr Dr. Lauterbach, wir danken Ihnen für dieses Gespräch.

*Dr. Lauterbach, Dr. Weber, Dr. Löffler (v.l.n.r.): „Bei chronischen Blockierungen und Muskelverhärtungen setzen wir die Trigger-Stoßwellen-Therapie ein.“*

