



Bandscheibenbeschwerden

Die Volkskrankheit Rückenschmerzen geht – organisch betrachtet - auf degenerative Erkrankungen der Bandscheiben zurück. Rein statistisch gesehen gibt es von zehn Menschen nur einen einzigen, der in seinem Leben niemals von Rückenschmerzen geplagt wird. Dagegen treten allein in Deutschland jährlich ca. 800.000 neue Bandscheibenvorfälle auf. Etwa 60.000 müssen operiert werden. Man kann es auch andersherum betrachten: In über neunzig Prozent der Fälle ist keine Operation erforderlich. Mit guten Naturheilmitteln und der richtigen Gymnastik kann sich der Stoßdämpfer Bandscheibe auch „konservativ“ wieder erholen.

Die Pathogenese eines Bandscheibenvorfalles hat ihre Ursache in dem spezifischen makroskopischen Aufbau des Gewebes: Im Inneren jeder Bandscheibe liegt ein semigelatinöser Kern (Nucleus pulposus). Er wird umschlossen durch einen Faserring (Anulus fibrosus) der am vorderen und hinteren Längsband und am Knochenrand des Wirbelkörpers ansetzt. Während der Faserring den gallertigen Kern umschließt, bilden zwei Endplatten aus hyalinem Knorpel die obere und untere Begrenzung zum darüber bzw. darunter liegenden Wirbelkörper. Ihre Stoßdämpferfunktion kann die Bandscheibe nur aus dem Zusammenwirken von Gallertkern, Faserring und Endplatten gewährleisten.

Für die Entstehung von Bandscheibenvorwölbungen oder -vorfällen kommen mehrere Faktoren in Frage. Nicht zu unterschätzen sind die altersbedingten Degenerationsprozesse des Faserknorpels. Mit seiner Elastizität steht und fällt die physiologische Bandscheibenform und die Stabilität des Gallertkerns im Bandscheibeninneren. Für Prophylaxe und Therapie von Prolaps und Protrusio nimmt die Gesunderhaltung des Knorpels einen großen Stellenwert ein.

Dazu gesellt sich ein psychosomatischer Effekt: Wem der Chef oder die Angst vor beruflichen

und privaten Herausforderungen im Nacken sitzt, der ist weitaus eher ein Rückenschmerzkandidat als jemand, der ein entspanntes Familien- und Alltagsleben besitzt. Menschen, die unter Dauerstress oder Depressionen leiden, erkranken um ein vielfaches häufiger als Personen, die ein eher ausgeglichenes Leben führen. Psychosomatisch gesehen wird bei der Bandscheibenvorwölbung etwas Weiches von zwei harten Elementen, den darüber- und darunter liegenden Wirbelkörpern, gewissermaßen in die Zange genommen und ordentlich gequetscht. Das kann auf somatischer Ebene körpersprachlicher Ausdruck der aktuellen Lebenssituation sein. Eine bewusste Auseinandersetzung mit den weichen Seiten des eigenen Daseins und ihrer Existenzberechtigung kann hilfreich sein. Wer in seinem Alltag mit den Härten des Daseins und der Weichheit seines persönlichen Empfindens elastisch umgehen kann, wird weitaus weniger unter Rückenbeschwerden zu leiden haben.

Viele Patienten mit akuten Bandscheibenschäden erhoffen sich von einer Operation das Ende ihrer oft unerträglichen Rückenschmerzen. Doch viel zu oft bringt eine OP nicht die ersehnte Erleichterung. Zwar wird das störende, vorgequollene Bandscheibengewebe entfernt, dafür kann aber die dort entstandene Narbe den empfindlichen Nerv irritieren und weiterhin Schmerzen verursachen. Außerdem bleibt ein Bandscheibenraum zurück, der nicht mehr die frühere Funktionsfähigkeit besitzt. Bei jeder vierten Operation sind die Schmerzen anschließend schlimmer als vorher. Intensives Rücken-Training und ein bisschen Geduld bei der konservativen Therapie sind nach wie vor ein erfolgreiches Rezept für einen schmerzfreien Rücken.

Anregung der Knorpelregeneration

Für die Behandlung von Bandscheibenprotrusio und -prolaps spielt die Rückführung der Knorpel-degeneration im Rahmen des noch Möglichen eine entscheidende Rolle. Dafür stehen auf dem



Naturheilmittelmarkt verschiedene Präparate zur Verfügung.

Steirocall[®] N ist ein bewährtes homöopathisches Komplexpräparat mit folgenden arzneilich wirksamen Einzelsubstanzen:

Kieselsäure ist ein wichtiger Bestandteil des Knorpelgewebes: In homöopathischer Potenz verbessert es die Funktionsfähigkeit der Knorpelzellen, dient also der Regeneration des Knorpelgewebes als Ganzes. Kieselsäure regt ferner die Absorption abgestorbener Gewebeteile an.

Frauenmantel gilt seit dem Mittelalter als Wundmittel, gerade auch bei Knorpelschäden. Die Pflanze besitzt anregende Wirkung auf die Bildung von Knorpelgewebe.



Alchemilla vulgaris (Frauenmantel)

Austernschalenkalk war schon bei Hahnemann ein beliebtes Mittel bei Erkrankungen des Bewegungsapparates. Man gibt den Kalk bei Krankheiten, die mit „schlaffen Fasern“ einhergehen. Austernschalenkalk in homöopathischer Potenzierung bessert neuralgische Schmerzen, Steifigkeit und Gewebedeformierungen.

Calciumhydrogenphosphat ist ein gutes Mittel für die Knochenregeneration. Positive Ergebnisse zeigt es bei Erkrankungen des Bewegungsapparates, die sich bei Kälte, Durchnässung und Wetterumschwung verschlimmern.

Ackerschachtelhalm enthält reichlich Kieselsäure. Er übt eine festigende und drainierende Wirkung auf die Gewebe aus. Gleichzeitig regt Ackerschachtelhalm die Nierentätigkeit an. Auf diese Weise trägt er zur Entsäuerung des Organismus bei und sorgt für eine Sanierung des Gesamtstoffwechsels.

Stechpalme wird ebenfalls zur allgemeinen Stoffwechselverbesserung eingesetzt. Sie bessert neuralgiforme Beschwerden und schafft darüber die Grundlagen für eine Erholung des ganzen Organismus.



Ilex aquifolium (Stechpalme)

Beinwell oder lateinisch *Symphytum* hat seinen Namen vom griechischen Wort symphyein = zusammenwachsen, denn es wird seit dem Altertum zur Behandlung von Knochenbrüchen eingesetzt. Beinwell regt das Knorpelwachstum und die Knorpelregeneration an und ist ein hervorragendes Mittel für die Therapie von Bandscheibenerkrankungen.

Um eine nachhaltige Wirkung zu erzielen, sollte Steirocall[®] N über mindestens drei, besser noch sechs Monate mit einer Dosierung von 3 x täglich 30 – 50 Tropfen mit Wasser verdünnt eingenommen werden.

Die Aufrichtekräfte stärken

Die psychosomatische Seite des Krankheitsbildes lässt sich mit *Imperatoria* Ø, der



Meisterwurz-Urtinktur gut behandeln (3 x 3 Tr./d). Meisterwurz ist eine wertvolle Heilpflanze für Menschen, denen es an innerer Sicherheit und aufrechter Haltung mangelt, die daher leicht angreifbar sind und sich zu stark von niederdrückenden Einflüssen belasten lassen. Imperatoria fördert Selbstbewusstsein und die innere Gewissheit der eigenen Existenzberechtigung. Es fördert die Aufrichtekräfte und unterstützt die Entwicklung einer gesünderen „Haltung“ im wörtlichen und übertragenen Sinn.

Schmerztherapie

Rückenschmerzen sind oft ein langwieriges Leiden, das sich über Wochen und Monate hinziehen kann. Bis konservative Maßnahmen, z. B. Krankengymnastik, greifen, ist eine Schmerzmitteleinnahme häufig unumgänglich. Doch es muss nicht immer Diclofenac sein. Auch die Alternativmedizin hält gute Schmerzmedikamente bereit - z. B. das Präparat **Diluplex**[®]. Es enthält eine Kombination aus den homöopathischen Schmerzmitteln Colocynthis, Mezereum und Ranunculus bulbosus.



Colocynthis, ein Kürbisgewächs, gehört zu den klassischen Schmerzmitteln der Homöopathie. Bewährte Einsatzgebiete sind Kopfschmerzen, Periodenschmerzen, Harnleiter- und Gallenkoliken sowie Zahnschmerzen. Auch Nervenschmerzen und Rückenbeschwerden reagieren gut auf Colocynthis. Das Mittel bessert außerdem Niedergeschlagenheit, Angst und Unruhe, die durch das Ertragenmüssen des Schmerzes hervorgerufen werden. Colocynthis wirkt sich positiv auf sämtliche Schmerzarten aus: den neuralgischen, krampfartigen, blitzartig einschließenden ebenso wie den periodisch wiederkehrenden, anfallartigen oder schneidenden Schmerz.

Mezereum, der Seidelbast, hat den neuralgischen Schmerz als Hauptindikation. Knochen-

schmerzen, Ischias, Neuralgien im Rippenbereich und Gesicht neuralgien sind eine Domäne für Mezereum. Die Nervenschmerzen können plötzlich einsetzen, ziehen und reißen; oft sind die betroffenen Teile empfindlich gegenüber Kälte.

Ranunculus bulbosus, der knollige Hahnenfuß, wirkt bei Nervenschmerzen in den Bereichen, Brustkorb, Bauch, Nacken, Rücken und Extremitäten. Durch die Kombination von drei bewährten homöopathischen Schmerzmitteln erreicht Diluplex[®] gewissermaßen eine Wirkungsverstärkung. Es sind keine Nebenwirkungen und Folgeschäden bekannt, wie sie die Langzeiteinnahme von chemischen Analgetika nach sich ziehen kann.

Schröpfkopfbehandlung

Die in der Humoraltherapie beheimatete Methode ist drastisch, bringt aber oft den Durchbruch: Bei chronischen Fällen von Ischialgie und Hexenschuss, Unfähigkeit zum Bücken und dauerhaft steifem Kreuz wirkt eine Behandlung mit Schröpfköpfen manchmal wahre Wunder. Ist das Gebiet im Bereich LW 4/5 druckschmerzhaft und fühlt sich sulzig an, empfiehlt sich das blutige Schröpfen. Aschner¹ pflegte darüber zu sagen „Das Schröpfen ergänzt von außen, was die Arznei von innen beginnt. Schröpfkunst und Arzneikunst sind wie zwei Hände, die durch ihre Zusammenarbeit erst die richtige Behandlung ergeben.“ Für das Schröpfen gilt: Prall volle Reflexstellen werden mit blutigem Schröpfen entlastet, „leere“ Stellen mit trockenem Schröpfen angeregt. Die Schröpfung von Gelosen führt fast immer zu einer sofortigen Entspannung und Lösung der verkrampften Muskulatur, reduziert die fixierte Schonhaltung und erleichtert der Wirbelsäule die Rückkehr in die Normalhaltung. Wer chiropraktisch und osteopathisch arbeitet, kann nach einer Schröpfkopfbehandlung oft eine erheblich leichtere und schmerzlosere Reponierung vornehmen. Bei Druck auf den Nervus ischiadicus empfiehlt sich die Schröpfbehandlung im Bereich des oberen



Randes der Darmbeinschaukel, etwa 2 - 3 cm rechts und links von der Wirbelsäule. Wichtig: Gelosen immer nur einseitig schröpfen, auch wenn sie beiderseits vorhanden sind. Sonst stellt sich der Erfolg nicht im gewünschten Maße ein. Bei rechtsseitiger Ischialgie behandelt man die rechte Seite, auch wenn die Gelosen links größer scheinen. Manchmal müssen zwei bis drei Stellen übereinander geschröpft werden. Dabei ist es wichtig, nicht direkt über der Wirbelsäule zu arbeiten. Dort kann es leicht zu hypotonen Zuständen kommen, vor allem im Bereich von Lendenwirbelsäule und Kreuzbein. Zur Unterstützung des Schröpfens gibt es diverse Zubereitungen. Unter anderem hat sich eine Schröpfsalbe-Rezeptur der Pilsensee-Apotheke (Seefeld-Hechendorf) bewährt.

Engagierten Patienten kann man das Buch von Achim Schmauderer: „Wirbelsäulen-Gymnastik - Die besten Übungen für einen starken Rücken“ (Gräfe und Unzer, 2002) empfehlen. Es enthält eine Fülle von Gymnastikbeispielen, die die Rückenmuskulatur kräftigen und die Bandscheiben deutlich entlasten. Ein starker Rücken kennt keinen Schmerz. Das ist eine Binsenweisheit, die ein bisschen Arbeit kostet. Aber sie lohnt sich.

Autor: Dr. Alfons Moosmayr

Literatur

¹ Aschner, Bernhard: „Lehrbuch der Konstitutionstherapie“, Hippokrates-Verlag, Stuttgart, 1986

Information des pharmazeutischen Unternehmers zu den im Beitrag genannten Arzneimitteln

Steirocall® N

Zusammensetzung: 100 ml enthalten: Arzneilich wirksame Bestandteile nach Art und Menge: Acidum silicicum (Kieselsäure) Dil. D12 14 ml, Alchemilla vulgaris (Frauenmantel) Dil. D6 6 ml, Calcium carbonicum Hahnemanni (Austernschalenkalk) Dil. D12 14 ml, Calcium phosphoricum (Calciumhydrogenphosphat) Dil. D12 14 ml, Equisetum arvense (Ackerschachtelhalm) Dil. D6 10 ml, Ilex aquifolium (Stechpalme) Dil. D6 10 ml, Symphytum (Beinwell) Dil. D 6 10 ml. Sonstiger Bestandteil: Gereinigtes Wasser. **Anwendungsgebiete:** Arthrosen aller Gelenke, Bandscheibenschäden, schlechte Kallusbildung, Osteoporose, degenerative Prozesse im Bereich der Wirbelsäule wie Osteochondrosen, Spondylochondrosen, Spondylarthrosen. **Vorsichts-**

maßnahmen für die Anwendung und Warnhinweise: Enthält 38,5 Vol.-% Alkohol. Bei Beachtung der Dosierungsanleitung werden bei jeder Einnahme (50 Tropfen) bis zu 0,6 g Alkohol zugeführt. Ein gesundheitliches Risiko besteht u. a. bei Leberkranken, Alkoholkranken, Epileptikern, Hirngeschädigten, Schwangeren und Kindern. Die Wirkung anderer Arzneimittel kann beeinträchtigt oder verstärkt werden. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. Hinweis: Bei der Einnahme eines homöopathischen Arzneimittels können sich die vorhandenen Beschwerden vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung). **Darreichungsform, Packungsgrößen, Preise und Pharmazentralnummern:** Lösung zum Einnehmen, 100 ml, € 13,85 (empf. AVP inkl. MwSt.) PZN 1559815; 500 ml, € 51,09 (empf. AVP inkl. MwSt.), PZN 1559809.

Diluplex®

Zusammensetzung: 19 g (11 ml) enthalten: Arzneilich wirksame Bestandteile nach Art und Menge: Colocynthis (Koloquinte) (HAB 1934) Dil. D4 (HAB; Vorschrift 4a) 3,5 g, Mezereum (Seidelbast) Dil. D6 3,5 g, Ranunculus bulbosus (Knolliger Hahnenfuß) Dil. D4 3,0 g. Anwendungsgebiete: Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Nervenschmerzen, besonders Ischiasschmerzen und Schmerzen zwischen den Rippen. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden bei Alkoholkranken. Bei Leberkranken und in der Stillzeit soll Diluplex® wegen des Alkoholgehaltes nicht ohne besondere Beobachtung eingesetzt werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichenden Erfahrungen vor. Es soll deshalb, auch wegen des Alkoholgehaltes, bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung und Warnhinweise:** Enthält 58 Vol.-% Alkohol. **Wechselwirkungen:** Keine bekannt. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. Hinweis: Bei der Anwendung eines homöopathischen Arzneimittels können sich die vorhandenen Beschwerden vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung). **Darreichungsform, Packungsgröße, Preis und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, € 9,54 (empf. AVP inkl. MwSt.), PZN 0577610, 100 ml, € 16,21 (empf. AVP inkl. MwSt.), PZN 0577627

Weitere Informationen:

- Sonderdruck(e)
- Flyer
- Patienten-Ratgeber

Steierl- Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 -0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

Internet: www.steierl.de eMail: info@steierl.de

Sie erreichen uns gebührenfrei auch unter der Rufnummer 0800 - 933 0 933.