

Unsere Kompetenz für Ihre Gesundheit!

Das Kompetenznetzwerk der Sportklinik Stuttgart umfasst 13 Orthopädische Praxen. Gemeinsam mit der Sportklinik Stuttgart arbeiten wir nach erarbeiteten Behandlungsstandards und unter der Berücksichtigung von hohen Qualitätsansprüchen.

Unsere Kompetenz setzen wir dabei ein, um Ihnen als Patient in der Verzahnung des ambulanten und stationären Bereichs die bestmögliche Behandlung zukommen zu lassen.

Egal ob bei Verletzungen und Beschwerden im Bereich der Schulter, Wirbelsäule oder Knies sowie bei Gelenkersatz – Wir arbeiten gemeinsam an Ihrer schnellen Genesung!



Informationsflyer Ischialgie

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bei Ihnen besteht ein vermutlich vom Rücken ausstrahlender Schmerz in Ihr Bein, genannt Ischialgie. Hierfür kann es mehrere Gründe geben.

Zum einen können Muskelverspannungen im Gesäßbereich eine Schmerzausstrahlung in das Bein verursachen. Diese Verspannungen können mithilfe von Physiotherapie und Eigenübungen in der Regel gelöst und eine Beschwerdeverbesserung erreicht werden.

Zum anderen kann ein Bandscheibenvorfall im Bereich der Lendenwirbelsäule ebenfalls eine Schmerzausstrahlung in das Bein verursachen.

Zunächst erfolgt ein Anamnesegespräch Ihres behandelnden Arztes mit Ihnen, sowie eine anschließende genaue körperliche Untersuchung. Davon abhängig wird dann über das weitere Vorgehen entschieden.

In den allermeisten Fällen kann zunächst weiter abgewartet werden und eine konservative Behandlung mit kurzzeitiger Schmerzmedikamentengabe, Physiotherapie und eventueller manueller Therapie erfolgen. Wichtig dabei ist, dass sie sich weiter möglichst normal bewegen und sich nicht in eine Schonhaltung begeben.

Bei Besserung der Beschwerdesymptomatik empfiehlt sich im Verlauf eine gezielte Kräftigung der rumpfstabilisierenden und beckenstabilisierenden Muskulatur.

Normalerweise, das heißt in 90% der Fälle, verschwindet die Beschwerdesymptomatik, wenn sie durch einen Bandscheibenvorfall verursacht wird, innerhalb von 6-8 Wochen von alleine.

Sollten die Beschwerden nach 6 Wochen nicht besser werden kann eine Kernspintomographie der Lendenwirbelsäule durchgeführt werden.

Sollte sich hier der Verdacht auf einen Bandscheibenvorfall bestätigen muss der Arzt zusammen mit dem Patienten das weitere Vorgehen besprechen.

Es besteht die Möglichkeit noch weiter abzuwarten und die konservative Therapie fortzuführen, gegebenenfalls unterstützt durch gezielte Spritzen an den Nervenwurzelbereich.

Zwei Dinge sind jedoch zu beachten. Sollten Lähmungen im Bein oder Fußbereich auftreten oder eine Störung beim Wasserlassen oder Stuhlgang auftreten, gegebenenfalls mit einer Gefühlsstörung im Dammbereich verbunden, muss innerhalb kurzer Zeit eine Abklärung mittels Kernspintomographie erfolgen und beim Vorliegen eines Bandscheibenvorfalles gegebenenfalls innerhalb der nächsten 24 Stunden eine Bandscheibenoperation durchgeführt werden. Diese Komplikationen treten jedoch bei den allerwenigsten Bandscheibenvorfällen auf.

Sollte es auch nach 6-8 Wochen zu keiner Besserung der Schmerzsymptomatik unter der konservativen Therapie kommen, in der Kernspintomografie tatsächlich ein Bandscheibenvorfall vorliegen und dieser radiologische Befund die Beschwerdesymptomatik eindeutig erklären, kann eine mikrochirurgische Entfernung des herausgerutschten Bandscheibengewebes durchgeführt werden.

Nach der Operation werden sie mit einem elastischen Mieder versorgt welches sie mehrere Wochen tragen sollte. Sie werden normalerweise spätestens am 1. Tag nach der Operation aus dem Bett aufstehen und rückschonende Bewegungsabläufe trainieren. Im Verlauf werden Sie Stabilisierungs- und Kräftigungsübungen durchführen. Sie sollten 6 Wochen nicht tief sitzen oder sich tief bücken. In diesen Zeitraum sollten auch keine ruckartigen Manipulationen an der Lendenwirbelsäule durch den Physiotherapeuten durchgeführt werden. Schwere Lasten sollten für 3 Monate nicht getragen werden.

