

## Rückenschmerzen

- Lendenwirbelsäule
- Brustwirbelsäule
- Halswirbelsäule

### Rückenschmerzen

Rückenschmerzen stellen für viele Menschen ein alltägliches Problem dar. In Deutschland haben 30 bis 40% der Menschen mindestens 1 x im Jahr und 80 % der Menschen mindestens 1 x im Leben Rückenschmerzen. Bei den meisten Betroffenen verschwinden die Rückenschmerzen innerhalb kurzer Zeit. Bei vielen Patienten kommen die Schmerzen jedoch episodisch wieder, und bei einem kleineren Prozentsatz werden die Rückenschmerzen chronisch. Chronische Rückenschmerzen stellen mittlerweile in den industrialisierten Ländern ein beträchtliches gesundheitsökonomisches und medizinisches Problem dar, welches bislang noch nicht zufrieden stellend gelöst werden konnte. Ursächlich hierfür ist einerseits die Komplexität der Erkrankung, andererseits das Fehlen von fachübergreifenden Leitlinien.

### Schmerzen im Bereich der Lendenwirbelsäule

Verschiedene Strukturen der Lendenwirbelsäule können Schmerzen auslösen. Zum Beispiel kann der Schmerz durch die Wirbelgelenke verursacht sein. Hierbei handelt es sich meistens um Schmerzen, die sich belastungsabhängig steigern, hauptsächlich den Rücken betreffen, aber auch ins Bein ausstrahlen können.

Rückenschmerzen können durch einen Bandscheibenvorfall und somit durch die Dehnung des hinter der Bandscheibe gelegenen sogenannten Längsbandes entstehen.

Oft kommt es auch zu Rückenschmerzen im Rahmen von Nervenwurzelkompressionssyndromen. Diese Schmerzen strahlen dann typischerweise entsprechend dem Versorgungsbereich der Nervenwurzel in das Bein (oder an der Halswirbelsäule in den Arm) aus. Ursache hierfür kann ein Bandscheibenvorfall oder eine degenerativ (d.h. durch Verschleißerscheinungen) bedingte knöchere Einengung des Wirbelkanals sein.

An der Lendenwirbelsäule können die Schmerzen ferner durch das Iliosacralgelenk, d.h. durch die knöcherne Grenzfläche zwischen Kreuzbein und Beckenknochen ausgelöst werden. Auch diese Schmerzen können ins Bein ausstrahlen.

Ein weiterer möglicher Auslöser von Rückenschmerzen kann die chronisch verspannte, verhärtete Rückenmuskulatur sein. Man spricht dann von einem unspezifischen Rückenschmerz.

Neben diesen umschriebenen Auslösern können auch Erkrankungen des Knochenstoffwechsels (z.B. Osteoporose) oder rheumatische Erkrankungen Rückenschmerzen verursachen.

Neben den verschiedenen Schmerzauslösern an der Wirbelsäule müssen bei Rückenschmerzen auch mögliche Ursachen im Bereich der inneren Organe bedacht werden, wie z.B. chronische Nierenerkrankungen.

### Schmerzen im Bereich der Brustwirbelsäule

Die Schmerzen im Bereich der Brustwirbelsäule sind insgesamt deutlich seltener als Schmerzen im Bereich der Lendenwirbelsäule oder im Bereich der Halswirbelsäule. Als mögliche Ursachen von Rückenschmerzen an der Brustwirbelsäule kommen Wirbelsäulenverkrümmungen, muskuläre Schmerzen oder eine Fehlfunktion der Gelenke zwischen Wirbelsäule und Rippe in Frage. Schmerzen im Bereich der Brustwirbelsäule können auch durch Lungenerkrankungen oder Herzerkrankungen bedingt sein.

### Schmerzen im Bereich der Halswirbelsäule

Schmerzen im Bereich der Halswirbelsäule gehen oft mit ausstrahlenden Schmerzen einher, einerseits in die Schulter oder in den Arm, andererseits können die Schmerzen auch in den Hinterkopf ausstrahlen und sich letztlich als Kopfschmerzen manifestieren. Mögliche Schmerzauslöser analog zur Lenden- und Brustwirbelsäule sind wiederum die Wirbelgelenke, die Nervenwurzel oder die Bandscheiben. Auch Schmerzen an der Halswirbelsäule können muskulär bedingt sein.