

Wenn der Rücken schmerzt...

... dann ist das nicht nur ein Handicap für den Patienten, sondern auch immer wieder eine große Herausforderung für den Physiotherapeuten. Mit einer guten Therapie in Zusammenarbeit mit Arzt und Therapeut ist eine Genesung bzw. Linderung auf jeden Fall absehbar.

In der Physiotherapie ist gerade das Schmerzbild „Rückenschmerzen“ weit verbreitet und nimmt in der täglichen Arbeit des Therapeuten einen beachtlichen Stellenwert ein. In der Akutphase steht primär die Beseitigung bzw. Linde-



Martin Steiner
Vertreter der
freiberuflichen
Physiotherapeuten

Mein Tipp: Never change a winning team. Verändern Sie zudem Ihren Alltag mit kleinen Bewegungsänderungen.



Die Physiotherapie verfügt über viele Techniken, die Schmerzen zu bekämpfen.

Foto: Shutterstock

rung der Schmerzen im Vordergrund. In dieser Phase ist es ganz besonders wichtig, den Patienten über den richtigen Weg einer möglichen Behandlung zu informieren.

Zu viele Meinungen führen zu Verunsicherung

Jeder, der schon mal unter Rückenschmerzen gelitten hat, kennt die Problematik. Egal wo man sich gerade befindet oder mit wem ein Gespräch geführt wird, der Schmerz wird zum Thema und damit beginnen auch die gut gemeinten Ratschläge in unserer unmittelbaren Umgebung. Sätze wie „das hatte ich auch schon mal“

stehen an der Tagesordnung. Darauf folgen dann die Tipps, was denn zu tun sei und zu welchem Arzt, Physiotherapeuten oder Heiler man doch gehen sollte. In der Vielzahl der Angebote verliert der eine oder andere schnell den Überblick und ist verunsichert.

Das richtige Team ist entscheidend

Eine erfolgreiche Therapie wird immer getragen von einer guten Zusammenarbeit zwischen Arzt, Physiotherapeuten und Patienten. Wer als Patient einen Arzt und einen Physiotherapeuten seines Vertrauens gefunden hat, sollte konsequent seinen Weg mit die-

sem Team gehen. Ein ständiger Wechsel und immer wieder neue Meinungen und Therapien bringen in der Regel keine guten Ergebnisse. Patienten, welche sich auf dieses Spiel einlassen, drehen sich im Kreis und nicht selten endet dies in Frustration.

Der Patient muss wissen, dass es in Sachen Rückenschmerzen, besonders im Zusammenhang mit Bandscheibenproblemen, oft keine schnelle Lösung gibt. Nur Geduld und konsequentes Arbeiten im Team bringen die gewünschten Ergebnisse. Auch sollte im Laufe der Behandlung klar werden, ob eine Verhaltensänderung des Patienten im täglichen Leben sinnvoll wäre. Nur so ist wirklich dauerhaft eine Verbesserung zu gewährleisten. Die vom Arzt verordnete Physiotherapie bei Rückenschmerzen ist die eine Sache. Im täglichen Alltag Veränderungen einzubauen, sich von Gewohnheiten zu lösen, eine Bewegungsform oder einen Sport für sich zu entdecken, um nicht bald wieder beim Arzt vorstellig zu werden, ist eine zweite.

ANZEIGE