

Fragen & Antworten von Dr. Elisabeth Höppel zum Thema Rückenschmerzen (LWS)

F: Ich habe in letzter Zeit oft Schmerzen ganz unten an der Wirbelsäule links, die hinten in den Oberschenkel ausstrahlen. Kann das ein Bandscheibenvorfall sein?

A: Da ist es gut, ein wenig mehr zu wissen. Wann sind die Schmerzen besser und wann schlechter? Gibt es Empfindungsstörungen auf der Haut oder Lähmungserscheinungen im Bein?

F: Morgens beim Aufstehen ist es am schlimmsten, durch Bewegung wird es eher besser. Das Bein ist sonst ganz in Ordnung.

A: Das macht einen Bandscheibenvorfall sehr unwahrscheinlich, denn da wären die Schmerzen schlimmer durch Belastung. Es klingt mehr nach einer muskulären Verspannung, denn Muskeln brauchen Bewegung. Dass es einseitig ist, spricht für eine Blockierung des sog. Kreuz-Darmbein-Gelenks am Übergang von der Lendenwirbelsäule zum Becken. Dort gibt es häufig Probleme mit der Folge eines Beckenschiefstands und entsprechenden Muskelreaktionen. Das lässt sich sehr einfach durch eine manuelle Untersuchung feststellen und meist schnell und sanft wieder korrigieren.

F: Was unterscheidet denn die ganzheitlichen Orthopädie von der „normalen“?

A: Dass man weiter schaut, nicht beim Bewegungsapparat stehen bleibt, sondern auch versucht, die oft versteckten Ursachen zu finden und zu behandeln. Die nächste Frage ist, wieso wird das Becken schief? Denn wenn ich es nur korrigiere, kann das Problem wieder auftauchen, vor allem wenn etwas anderes Wichtiges dahintersteckt. Der Körper schickt Signale, die verstanden und nicht nur „weggedrückt“ werden möchten. In Ihrem Fall ist die morgendliche Verschlechterung ein Hinweis, dass es nicht nur mit dem Rücken zu tun hat. Denn dieser kann im Schlaf ja ausruhen und dürfte dann nicht schmerzen. In den frühen Morgenstunden ist der Stoffwechsel sehr aktiv. In der Organuhr der alten chinesischen Medizin ist die Maximalzeit des Dickdarms zwischen 5 und 7 Uhr. Da könnte man weiter nachforschen. Die unteren Bandscheiben haben übrigens auch viel mit dem Darm zu tun, können entzündlich mit reagieren und dann auch leichter degenerieren.

F: Passt dazu, dass ich in letzter Zeit vermehrt Blähungen habe?

A: Absolut. Und da ist es gut, eine Belastung mit Pilzen (z.B. Candida) abzuklären, weil diese vermehrt Gase produzieren. Ein weiteres Symptom kann hier Heißhunger auf Süßes sein. Und dann geht es weiter mit der Frage, wie es dazu wiederum kam, z.B. eine Schwächung des Immunsystems durch Stress oder eine Schwermetallbelastung. Je mehr Informationen man über Ursachen findet und in die Therapie einbezieht, desto dauerhafter und tiefgreifender ist natürlich die Wirkung.

Praxis für Ganzheitliche Medizin

Reiter Straße 37 • 83527 Haag • Telefon 080 72 | 28 25
praxis@ganzheitlich-aerztlich.de • www.ganzheitlich-aerztlich.de



Dr. med.
Elisabeth Höppel

Ärztin für
Homöopathie
Akupunktur
Naturheilverfahren
Orthopädie