



## Rückenschmerzen aus ganzheitlicher Sicht

### Warum sind sie so häufig?

Schmerzen und Probleme im Bereich der Wirbelsäule nehmen immer mehr zu. Sie treten bereits in immer jüngeren Jahren auf, zunehmend schon bei Kindern. Nachdem die körperliche Belastung und Arbeit durch den Einsatz von Maschinen im Vergleich zu früher viel leichter geworden ist, liegt der Verdacht nahe, dass andere Faktoren dafür verantwortlich sind.

Unsere Lebensweise ist geprägt von wenig Bewegung, nicht „artgerechter“ Ernährung und Nährstoff-Mangel. Es gibt viele Hinweise, dass hier eher die Ursachen zu finden sind – eben nicht nur für internistische, sondern auch für orthopädische Erkrankungen.

### Wie aussagekräftig sind die Untersuchungen der Schulmedizin?

Ab einem bestimmten Alter finden sich regelmäßig Bandscheiben-Vorwölbungen oder – Vorfälle. Interessanterweise passen Röntgenbefund und Beschwerden oft gar nicht zusammen.

Es gibt Menschen mit schweren „Verschleißzeichen“ an der Wirbelsäule, die fast schmerzfrei sind. Andere haben chronische Schmerzen bei völlig unauffälligen Befunden in den bildgebenden Verfahren. Gerade letztere laufen in unserer technisch ausgerichteten Medizin Gefahr, als Simulanten abgetan zu werden. Denn es wird nur das anerkannt, was konkret sichtbar ist.

Was hier häufig übersehen wird: diese Untersuchungen sind nur ein relativ grobes Raster und zeigen lediglich einen Teilausschnitt. In einem Bild ausgedrückt: Wenn man kleine Steine durch ein Sieb mit großen Maschen schüttelt, bleibt nichts hängen. Würde man ein feineres Sieb verwenden, könnte man hingegen eine ganze Menge finden.

### Was sind die Nachteile einer technischen Sichtweise?

Die so häufig durchgeführten Untersuchungen in der „Röhre“ sind natürlich ein großer Fortschritt und können sehr hilfreich sein. Sie erfolgen aber definitiv zu häufig. Und sie führen manchmal auch in die Irre. Wenn sich da ein Befund zeigt, der als krankhaft eingestuft wird, weiß man noch nicht, ob das auch für die Beschwerden verantwortlich ist. Spätestens wenn es jemandem nach einer ordnungsgemäß durchgeführten Operation nicht besser geht, liegt der Verdacht nahe, dass etwas anderes dahintersteckt.

In der Schulmedizin werden häufig Röntgenbilder statt Menschen behandelt. Die Tendenz geht mehr in das „Spezialistentum“. Man schaut sehr mechanisch auf die Details und übersieht, dass es sich um einen lebendigen Organismus handelt, wo alles mit allem zusammenhängt.

### Wo liegen die wahren Ursachen?

Abgesehen von häufigen muskulären Verspannungen und arthrotischen („abgenutzten“) Wirbelgelenken können überlastete Bänder und Entzündungen vorliegen. Viele Ursachen liegen noch weiter im Verborgenen, sind also nicht auf den ersten Blick klar. Gerade der

Rückenschmerz mit Verschlimmerung nachts und morgens macht eine „mechanische“ Ursache unwahrscheinlich. Eigentlich wird im Liegen der Rücken ja entlastet und ausgeruht. Hier ist es enorm wichtig, den Bereich des Stoffwechsels mit einzubeziehen. Welche Rolle spielt die Muskulatur?

Eine wichtige Information ist an dieser Stelle, dass Muskeln viele Verbindungen haben, unter anderem zu inneren Organen und Nährstoffen. Dadurch erweitert sich das Spektrum enorm. Man kann sozusagen eine Brücke schlagen zu anderen Erkrankungen und medizinischen Fachgebieten.

Allgemein bekannt sind Blockierungen, sogenannte Funktionsstörungen im Gefüge einzelner Wirbelgelenke. Diese sind häufig einer Behandlung mit manueller Therapie oder Chirotherapie gut zugänglich. Sie entstehen aber letztlich durch eine muskuläre Fehlspannung. Daher kommen sie oft immer wieder zurück, wenn eine tiefer liegende Störung vorliegt und nicht behandelt wird.

### **Wie ist das mit einem Beckenschiefstand?**

Viele Menschen berichten von einem Beckenschiefstand mit unterschiedlich langen Beinen. Sie erhalten oft einen Längenausgleich rezeptiert. In den allermeisten Fällen ist dies völlig unsinnig, da es keine absolute sondern nur eine relative Verkürzung ist. Diese wird durch eine Blockierung eines Gelenks zwischen unterer Wirbelsäule und Becken verursacht. Eine Beckenhälfte steht zu weit hinten – und damit wird das Bein kürzer. Eine manuelle Korrektur stellt das Becken wieder gerade. Eine Schuherhöhung fixiert hingegen nur das Problem.

### **Welche Folgen hat das?**

Wie bei einem Hochhaus, das auf einem schiefen Fundament steht, kommt es zu Folgeerscheinungen nach oben: Verkrümmung der Wirbelsäule, Blockierungsketten und muskuläres Ungleichgewicht.

Eine häufige Folge ist beispielsweise ein Schulter-Arm-Schmerz oder Tennisellbogen. Auch nach unten gibt es Folge-Störungen durch die unterschiedliche Belastung der Beine. Gelenke können sich so einseitig abnutzen, Meniskus-Schäden im Knie oder Hüftarthrose entstehen. Auch der Fersensporn wird durch eine jahrelange Fehlspannung der Muskulatur verursacht. Man kann sich die Frage stellen, was sinnvoller ist: Cortison zu spritzen oder die Ursachen zu behandeln?

### **Welche Behandlungen bietet die „klassische“ Medizin?**

Trotz der vielen Gesichter des Volksleidens Rückenschmerz bietet die normale Medizin nur eingeschränkte Therapiemöglichkeiten. Üblicherweise wird zunächst eine Operationsmöglichkeit ausgeschlossen.

Dann versucht man, die Schmerzen zu lindern mit Spritzen, Schmerzmitteln oder Antidepressiva (unter dem Risiko von Nebenwirkungen und Folgeerkrankungen), Massagen, physikalischen Anwendungen, Krankengymnastik und eventuell einem Stützmieder.

All diese Behandlungen „reparieren“ letztlich nur notdürftig und behandeln nicht die wahren Ursachen. Diese werden oft sogar unterdrückt – so wie wenn man das aufleuchtende Alarmlämpchen mit einem Pflaster überklebt oder gar kaputt schlägt.

### **Welche Sichtweise hat die ganzheitliche Medizin?**

Eine wirklich differenzierte Diagnostik und Therapie von Rückenschmerzen sieht den Mensch als Ganzes. Sie betrachtet ihn als einen komplexen, zusammenhängenden

Organismus und reduziert ihn nicht auf Einzelteile. Darüber hinaus erkennt sie den Schmerz als wichtiges Signal und versucht, die zugrundeliegenden Ursachen aufzudecken und zu behandeln. So gibt es viel mehr Möglichkeiten und überhaupt keinen Grund, zu resignieren, auch wenn man schon öfter den Satz gehört hat „amit müssen Sie halt leben...“.

### Welche Zusammenhänge gibt es?

Es gibt neben den erwähnten noch eine Vielzahl von Gründen für Rückenbeschwerden, die sonst zu wenig beachtet werden:

- Fehlfunktionen des sog. craniosacralen Systems (körpereigener Schwingungsrhythmus zwischen Schädelknochen, Wirbelsäule und Becken.
- falscher Biss, Kiefergelenks-Störungen durch Zahnfüllungen oder Kieferregulierungen. Zahnspannen können bei Kindern zu Skoliosen führen.
- Störungen von Fußknochen und Fußmuskulatur als „aufsteigende Störung“.
- Mangelnde Bandfestigkeit und vermehrte Gelenkabnutzung durch Nährstoff-Defizite.
- erhöhte Stressanfälligkeit, psychische Belastungen (siehe Ausdrücke aus dem Volksmund: mir sitzt etwas im Nacken, ein schweres Kreuz tragen, das bricht einem das Genick...)
- gestörter Lymphabfluss, insbesondere bei vermehrter Schadstoff-Belastung
- entzündliche Faktoren in Darm und anderen Geweben bei bakterieller Fehlbesiedelung, Pilz- oder Parasitenbefall
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten

### Welche neuen Therapie-Möglichkeiten ergeben sich daraus?

Mit Hilfe des Muskeltestverfahrens *Applied Kinesiology* lassen sich die zugrundeliegenden Störungen rasch und gezielt aufdecken und zusammen mit den Ursachen therapieren – ganz individuell mit Osteopathie, Homöopathie, Akupunktur, Entgiftung, Stoffwechsel-Regulierung, Psychotherapie oder orthomolekularer Therapie (hochdosierter Nährstoff-Zufuhr), einzeln und in Kombination.

Die Wirbelsäule kann nur dann dauerhaft schmerzfrei sein, wenn die äußere Balance stimmt, die wiederum von der inneren abhängig ist.

Dies zeigt sich eindrücklich am Beispiel von Kindern mit einem blockierungsbedingten Beckenschiefstand. Die Gabe des passenden homöopathischen Konstitutionsmittels, das ja auf allen Ebenen von Geist, Seele und Körper wirkt und heilt, führt oft rasch zu einem ausbalancierten, geraden Becken, ohne dass man das Kind auch nur berührt hat.

Dr.med. Elisabeth Höppel

*Der Artikel unterliegt dem Urheber-Recht und darf nicht ohne Einverständnis der Autorin verwendet werden.*

## 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