

PRESSETEXT - 3 Seiten

Tiger Woods zum fünften Mal am Rücken operiert – Was Golfer und Rückenschmerzpatienten jetzt wissen sollten

Er zählt zu den besten Golfern aller Zeiten, ist perfekt durchtrainiert und seine Technik gilt als vorbildlich. Doch allein in den letzten sieben Jahren musste sich Tiger Woods (45) schon fünfmal am Rücken operieren lassen. Auch viele Golfer hierzulande fragen sich deshalb: Wie gesund ist mein Sport eigentlich? Kann ich Rückenschmerzen vorbeugen und was kann ich tun, wenn sich meine Bandscheiben unangenehm zu Wort melden? Deutschlands bekanntester Wirbelsäulenexperte Dr. Reinhard Schneiderhan aus München-Taufkirchen gibt hier die Antworten.

München, Januar 2021: Tiger Woods ist nicht der einzige Golfer und Sportler, der unter Rückenproblemen leidet. Viele Spitzen- und auch Hobbyspieler plagen sich damit herum und greifen Untersuchungen zufolge recht häufig zu Schmerzmitteln, um eine Runde zu überstehen. Tatsächlich ist man bei jedem Golfschlag enormen Kräften ausgesetzt. Sie können auf das fünf- bis sechsfache des eigenen Körpergewichts ansteigen. "Hinzu kommt, dass die Wirbelsäule für extreme Drehbewegungen, wie sie beim Golf nötig sind, nicht so gut geeignet ist", sagt Dr. Reinhard Schneiderhan vom gleichnamigen Medizinischen Versorgungszentrum in München-Taufkirchen. "Trotzdem ist Golf nicht per se eine ungesunde Sportart. Wichtig sind allerdings zusätzliche Maßnahmen, wie ein ausreichend intensives aufwärmen und regelmäßiges Krafttraining, insbesondere für die Muskulatur der Körpermitte, auch Core genannt. In der Golfsprache bezeichnen Trainer das als segmentale Stabilisierung."

Warum es bei Tiger Woods, der sicherlich über einen starken Core und damit eine ausgezeichnete segmentale Stabilisierung verfügt, trotzdem immer wieder zu Rückenproblemen kommt, lässt sich nur spekulieren. "Den Ärzten zufolge musste er sich wegen eines zusammengedrückten Bandscheibensegments operieren lassen", sagt der Rückenfachmann. "Das Bandscheibengewebe aus der Bandscheibe wird dabei nach hinten herausgepresst und führt zu einem Bandscheibenvorfall, der auf die Nervenwurzel drückt und erhebliche Schmerzen, die sogenannten



Tiger Woods zum fünften Mal am Rücken operiert – Was Golfer und Rückenschmerzpatienten jetzt wissen sollten, Seite 2 von 4

Ischiasschmerzen verursacht. Auch Gefühls- und motorische Störungen sowie eine Blasen- und Mastdarmschwäche sind möglich."

Bei Tiger Woods haben die Ärzte deshalb eine Mikrodiskektomie durchgeführt. Mit Unterstützung eines OP-Mikroskops und kleinsten Instrumenten haben sie das auf den Nerv drückende Bandscheibengewebe entfernt. Das führt zu einer raschen Entlastung der Nervenwurzel und einer deutlichen Schmerzreduktion. Nebenwirkungen können Blutungen, Narbengewebebildung und auch eine Instabilität sein.

Diese Nebenwirkungen, vor allem die gefürchteten Narbengewebebildungen, lassen sich durch alternative minimal-invasive Wirbelsäuleneingriffe allerdings vermeiden. Zu diesen Eingriffen gehört insbesondere die Wirbelsäulenkatheter-Therapie. "Dabei führen wir unter Lokalanästhesie eine dünne Nadel durch eine knöcherne Öffnung im Kreuzbeinbereich in den unteren Bereich des Rückens ein", erklärt Dr. Schneiderhan. "Durch die Nadel führen wir dann einen dünnen, elastischen und steuerbaren Katheter zielgenau bis zum störenden Bandscheibengewebe. Das Ganze verfolgen wir mittels Röntgenbildwandler. Danach injizierten wir unterschiedliche Medikamente, etwa ein Schmerzmittel sowie eine konzentrierte Kochsalz-Enzym-Gemischlösung. Die Kochsalzlösung führt zu einem Schrumpfungseffekt, so dass Flüssigkeit aus dem störendem Bandscheibengewebe herausgezogen wird und dieses schrumpft. Der Nerv wird entlastet, der Schmerz verschwindet. Die Enzymlösung löst Verklebungen und fördert die Beweglichkeit der betroffenen Nervenwurzel."

Der entscheidende Vorteil dieser Behandlungsmethode ist der sehr kurze stationäre Aufenthalt von nur 3 Tagen. Leichte körperliche Arbeiten sind direkt im Anschluss möglich.

Krankengymnastik und ein leichtes Trainingsprogramm können zwei Wochen nach dem Eingriff wieder beginnen. Der entscheidende Vorteil für Sportler und Leistungssportler liegt darin, dass eine sehr frühzeitige Trainingsfähigkeit wieder besteht. Instabilitäten und Narbengewebebildungen treten nicht auf. Die volle Belastbarkeit der Wirbelsäule kann bereits nach wenigen Wochen wieder erreicht werden.

Im Idealfall ist nur ein einziger Eingriff nötig, bei Tiger Woods ist es aber schon der Fünfte. "Es könnte damit zusammenhängen, dass er bereits eine Versteifungs-OP hinter sich hat, die man eigentlich unter allen Umständen verhindern sollte", sagt der renommierte Rückenexperte. "Denn



Tiger Woods zum fünften Mal am Rücken operiert – Was Golfer und Rückenschmerzpatienten jetzt wissen sollten, Seite 3 von 4

dadurch verschiebt sich die enorme Belastung beim Golfschwung auf die angrenzenden Bandscheiben und Wirbelgelenke. Selbst mit intensivstem Training der Rumpf- und Rückenmuskulatur, ist es dann sehr schwer weitere Beschwerden vorzubeugen, wie man am Beispiel von Tiger Woods auch sieht."

Bei bereits voroperierten Patienten bei denen Narbengewebe auf die Nervenwurzel drückt wäre die von Dr. Schneiderhan entscheidend weiter entwickelte Wirbelsäulenbehandlung mit einem Videokatheter. "Ähnlich, wie beim Wirbelsäulenkatheter führen wir einen High-Tech-Videokatheter durch eine Nadel bis in die Nähe der Wirbelsäule", sagt der Experte. "Dort haben wir dann direkte Sicht auf das störende Narbengewebe. Dieses können wir dann mechanisch lösen und mit speziellen Medikamenten zum Schrumpfen bringen. Das geschieht unter Einsatz von Enzymen." Der gesamte Eingriff lässt sich vom erfahrenen Operateur dann über den Monitor exakt verfolgen. Die Patienten sind nur drei Tage in der Klinik und können nach vierzehn Tagen bereits wieder mit der Physiotherapie starten.

Die Chancen von Tiger Woods trotz allem wieder in die Weltspitze zu gelangen, sind aber trotzdem gegeben. Allerdings wird die Versteifungs-OP ein ständiger Wegbegleiter sein. Zeitungsberichten zufolge musste er seine Golftechnik deshalb schon mehrfach umstellen und jeder Golfer weiß, wie schwierig es ist, einmal erlerntes umzulernen. Für alle Golfer sei es noch einmal gesagt: Wer Rückenschmerzen vermeiden möchte, braucht eine gute Technik und es ist wichtig, sich stets gründlich aufzuwärmen. Außerdem ist ein regelmäßiges Krafttraining nötig. Immer noch ein Geheimtipp ist funktionelles Training. Denn diese Übungen trainieren genau die Muskeln, die für ein gutes Golfspiel nötig sind.

Informationen zu dieser Behandlungsmethode finden Sie unter https://orthopaede.com/wirbelsaeulenkatheter/

Viele weitere Informationen zu modernen minimalinvasiven Behandlungsmethoden finden sich unter www.orthopaede.com

Über die MVZ Praxisklinik Dr. Schneiderhan & Kollegen:

1993 ließ sich Dr. Reinhard Schneiderhan als Orthopäde nieder. Seit 1996 ist die MVZ Praxisklinik Dr. Schneiderhan & Kollegen als interdisziplinäres Kompetenzzentrum für Wirbelsäulenschmerzmedizin auf die Behandlung von



Tiger Woods zum fünften Mal am Rücken operiert – Was Golfer und Rückenschmerzpatienten jetzt wissen sollten, Seite 4 von 4

Wirbelsäulenerkrankungen spezialisiert. In den drei medizinischen Versorgungszentren am Standort München/Taufkirchen arbeiten insgesamt 14 Ärzte aus den Fachbereichen Orthopädie und Schmerztherapie, Neurochirurgie, Neurologie, Diagnostische Radiologie, Allgemeinmedizin sowie Physikalische und Rehabilitative Medizin fachübergreifend in einem Team zusammen. Für den Patienten wird ein individuell passendes Konzept für die bestmögliche Behandlung entwickelt nach dem Grundsatz: "So viel wie nötig, so wenig und schonend wie möglich." Bei vielen minimalinvasiven Behandlungen ist die MVZ Praxisklinik Dr. Schneiderhan & Kollegen Vorreiter in Europa und zählen mit über 40.000 durchgeführten minimalinvasiven Eingriffen an der Wirbelsäule mit zu den erfahrensten Spezialisten in Europa.

Klinikkontakt

MVZ Praxisklinik Dr. Schneiderhan & Kollegen, Ramona Müller, Eschenstr. 2, 82024 München/Taufkirchen mueller@orthopaede.com, Tel: 089 / 614510-53, Fax: 089 / 614510-12 www.orthopaede.com