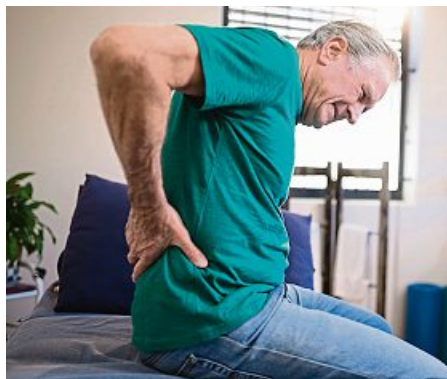


Schmerzen in den Facettengelenken

Das Facettengelenksyndrom kann auch junge Leute treffen – wie z. B. Fußballprofi Exequiel Palacios (23), bei dem das Problem vermutlich infolge eines Lendenwirbelschadens auftrat. Es gibt jedoch noch eine ganze Reihe anderer Ursachen. Rückenexperte Dr. Reinhard Schneiderhan erklärt, wie eine erfolgreiche Behandlung aussieht.



Bei den Facettengelenken handelt es sich um die kleinen Zwischenwirbelgelenke rechts und links am Rand der Wirbelsäule“, erklärt Dr. Reinhard Schneiderhan vom gleichnamigen Wirbelsäulenzentrum in München-Taufkirchen. „Vor allem einseitige Be- und Überlastung, Bandscheibenverschleiß oder auch ein Bandscheibenvorfall und ein zu schwaches Mus-

kelkorsett können die Ursache sein.“

Die Symptome ähneln denen einer Arthrose. Morgens nach dem Aufstehen ist es am schlimmsten. Doch im Laufe des Tages bessern sich dann die Beschwerden. Typisch sind strahlenförmig ausstrahlende Schmerzen oft zu beiden Seiten der Wirbelsäule – meist lokal und nur wenig ausstrahlend. Teilweise auch aus-

strahlend in Po und Oberschenkel. Außerdem ist der betroffene Bereich sehr druckempfindlich. Schmerzfrei sind Patienten eigentlich nur in Ruheposition.

Bei der Diagnose ist es wichtig herauszufinden, wann und wobei die Schmerzen auftreten. „Bei der körperlichen Untersuchung zeigt sich dann meist, dass Bewegungen des Oberkörpers nach hinten furchtbar

wehtun. Auch seitliche Bewegungen können unangenehm sein, wobei eine Seite meist schlimmer betroffen ist als die andere.

Sowohl diagnostisch als auch therapeutisch rät der Rückenexperte zu einer sogenannten Facettengelenkinfiltration. „Dabei handelt es sich um eine Einspritzung mit einem lokalen Betäubungsmittel und einem Hauch Kortison unter Bildwandlerkontrolle in die Wirbelgelenke“, erklärt Dr. Schneiderhan. Sind tatsächlich die Facettengelenke betroffen, dürfte sich

schnell eine Besserung der Beschwerden einstellen. Möglicherweise muss die Infiltration wiederholt werden.“

Sollten die Infiltrationen nur kurze Zeit Besserung verschaffen, kann eine Hitzesondenbehandlung helfen. Ein sanfter, minimal-invasiver Eingriff, bei dem der Arzt eine winzige High-tech-Sonde unter Bildkontrolle bis zum Wirbelgelenk führt. Diese wird dann 60 Sekunden lang auf 80 Grad erhitzt. „Auf diese Weise schalten wir eine spezielle Struktur namens C-Schmerzfasern aus“, sagt der Taufkirchener Experte. „Das führt zu Schmerzfreiheit und schon am nächsten Tag können Patienten mit der Physiotherapie beginnen und ihren gewohnten Aktivitäten nachgehen. Selbst ein Leistungssportler kann nach etwa drei Tagen wieder voll ins Training einsteigen.“

dop/Foto: Shutterstock



Dr. Reinhard Schneiderhan

Orthopäde
Wirbelsäulenzentrum
München Taufkirchen