

Volkskrankheit Spinalkanalstenose: Hilfe ohne OP

Der Plan B bei Rückenschmerzen

Monika Meindl-Zinder leidet an Wirbelgleiten, in ihrem Fall verschieben sich der vierte und fünfte Lendenwirbelkörper gegeneinander. Zudem befeuert eine kombinierte Spinalkanalstenose Monikas chronischen Rückenschmerzen. Die 74-jährige steckt in einem Dilemma, das viele Leidensgenossen kennen: „Einerseits wurden die Beschwerden und Bewegungseinschränkungen immer schlimmer, andererseits wollte ich eine Versteifungs-Operation möglichst vermeiden.“

Bei diesem großen, meist mehrstündigen Eingriff – in der Fachsprache Fusion oder Spondylodese genannt – werden instabile Abschnitte der Wirbelsäule mit Implantaten wie Schrauben oder Stäben verbunden. Bei der Suche nach einer schonenderen Alternative stieß die 74-jährige auf Berichte über die Behandlung mit dem Wirbelsäulenkatheter – eine minimalinvasive Methode, die der erfahrene Münchner Wirbelsäulen-Spezialist Dr. Reinhard Schneiderhan seit Jahrzehnten anwendet. Der Wirbelsäulenkatheter ist ein 1,4 Millimeter dünner, steuerbarer Schlauch, der im Kreuzbeinbereich am unteren Rücken in den Spinalkanal eingeführt wird, während sich der Patient in leichter Dämmer- schlafnarkose befindet. „Dann werden mehrfach Medikamente injiziert, die Gewebe schrumpfen lassen. Die betroffene Nervenwurzel wird dauerhaft befreit, der Schmerz verschwindet.“ Für die Behandlung bleibt der Katheterschlauch vorübergehend im Rücken, Monika verbrachte zwei Nächte in der Arabellaklinik in Bogenhausen.

„Für mich war diese Entscheidung goldrichtig. Meine Beschwerden sind um mindestens 80 Prozent zurückgegangen. An manchen Tagen bin ich komplett schmerzfrei.“ Das empfindet die aktive Seniorin als Erlösung. Aus gutem Grund: Monika hat die ganze Welt gesehen, dabei war der bewegungshungrigen Münchnerin kein Weg zu weit. Mit ihrem



Dr. Reinhard Schneiderhan untersucht Patientin Monika Meindl-Zinder. FOTOS: RAMONA MÜLLER



Gründliche Diagnostik: Orthopäde Schneiderhan testet die Reflexe seiner Patientin Meindl-Zinder.

Mann Hubert reiste die 74-jährige in die Mongolei, in die Wüste Gobi und zum Tauchen in die Südsee. Bis ihr Rücken immer mehr rebellierte – die Folge einer Spinalkanalstenose. „Dabei verengt sich der Wirbelsäulenkanal, Nerven werden bedrängt“, weiß Schmerztherapeut Schneiderhan. „Wenn die Stenose in der Lendenwirbelsäule auftritt, können die Patienten mitunter keine längeren Strecken mehr gehen. Dazu kommen oft große Schmerzen.“

› Ich fühle mich jetzt um Lichtjahre besser. ‹

MONIKA MEINDL-ZINDER

nimmt aber der Bewegungsradius ab – und die Beschwerden werden noch schlimmer. Dadurch geraten viele Patienten in einen Teufelskreis, der sie auch psychisch belastet.“

Für Fernreise-Fan Meindl-Zinder wurde letztlich selbst eine Donauschiffahrt zum körperlichen Kraftakt – und ein Ausflug zur Wiener Hofburg zum Schlüsselerlebnis: „Ich konnte nur noch wenige Meter am Stück gehen, lief ganz gebückt und musste mich immer wieder hinsetzen. Ich habe es

kaum noch zurück zum Bus geschafft. Es war frustrierend.“

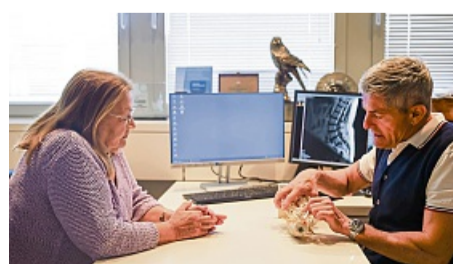
Wie viele ältere Menschen stand die 74-jährige einer großen OP skeptisch gegenüber. Weil Nichtstun aber für sie auch keine Option war, sah sie den Wirbelsäulenkatheter als ermutigenden Plan B – trotz Bedenken in der eigenen Familie. Sie entschied sich bewusst dafür, nahm auch die Therapiekosten von rund 2000 Euro in Kauf, weil ihre Krankenkasse die Prozedur nicht bezahlte, ähnlich wie Eigenblutbehandlungen (PRP) oder Injektionen mit Hyaluronsäure. „Für mich hat sich diese Investition in die Lebensqualität und Gesundheit gelohnt. Ich springe nicht herum wie ein junges Reh, aber ich fühle mich um Lichtjahre besser als vor der Katheterbehandlung.“

Mit neuer Energie geht die 74-jährige regelmäßig zur Physiotherapie, um ihre Rumpfmuskulatur aufzutrainieren. Und sie schmiedet wieder Pläne: „Wir wollen nach Japan fliegen. Ich traue mir eine solche Fernreise jetzt wieder zu, denke positiv. Das baut mich auf.“ A. BEEZ

Wenn Störenfriede die Nerven reizen

Verengungen des Wirbelsäulenkanals: Das sind die häufigsten Ursachen

Bei einer Spinalkanalstenose kann der Wirbelsäulenkanal durch verschiedene Ursachen eingeengt werden. Es gibt im Wesentlichen fünf Formen: Stenosen durch Bandscheibenvorwölbungen und Bandscheibenvorfälle, Stenosen durch rein knöcherne Veränderungen, Stenosen durch verdickte Bänder, Stenosen durch Wirbelgleiten und kombinierte Spinalkanalstenosen. „Letztere sind die häufigste Form“, berichtet Wirbelsäulen-Spezialist Dr. Reinhard Schneiderhan. „Die häufigsten Symptome



Komplexer Befund: Dr. Schneiderhan erklärt die Spinalkanalstenose.

sind: tiefsitzender Rückenschmerz, oft einseitig, mitunter aber auch gürtelförmig, eine Ausstrahlung ins Gesäß und ins Bein sowie Beinschwäche.

Die Patienten können oft nur noch kurze Strecken gehen.

Bei älteren Patienten kommen nach der Erfahrung von Dr. Schneiderhan eher knöcherne und kombinierte Spinalkanalstenosen vor, bei Jüngeren entstehen die Einengungen des Wirbelsäulenkanals öfter durch Bandscheibenerkrankungen. Viele Patienten sind verunsichert: „Sie wissen nicht genau, was eine Spinalkanal-

stenose ist“, berichtet der Orthopäde. Sein Rat: „Bei komplexen Wirbelsäulenerkrankungen sollte man sich in einem interdisziplinären Zentrum beraten lassen, in dem Spezialisten verschiedener Fachrichtungen zusammenarbeiten. „Der Schlüssel zu einem wirklich nachhaltigen Behandlungserfolg liegt in einer ergebnisoffenen Diagnostik. Und die sollte nicht davon beeinflusst werden, dass den Patienten lediglich bestimmte Behandlungsmöglichkeiten angeboten werden können.“ BEZ