

Patienten Info !

Morbus Baastrup

Anatomie - Was ist ein Morbus Baastrup?

Bei dieser Erkrankung berühren sich die Dornfortsätze der Wirbelsäule zwei übereinanderliegender Wirbel. Dies ist in einer normal funktionierenden Wirbelsäule unmöglich. Die Berührung findet immer in einer Position statt, in welcher die Wirbelsäule sich in der gestreckten Position befindet.

Pathologie - Wie kommt es zu einem Morbus Baastrup?

Diese Erkrankung beruht meistens auf einer schon vorliegenden Krankheit. Nimmt durch eine Erkrankung die Höhe zwischen zwei Wirbeln ab, dann nähern die beiden Knochen sich an. Hierbei nimmt die Gefahr einer knöchernen Berührung zu.

Diese sieht man bei degenerativen Bandscheibenerkrankungen.

Manche Personen werden mit längeren Wirbelfortsätzen geboren und sind hierdurch für diese Erkrankung prädestiniert.

In chronischen Fällen bildet der Körper einen kleinen Stoßdämpfer (Bursa) oder sogar ein vollständig funktionierendes Gelenk.

Vor allem bei bestimmten Sportarten, bei denen der Wirbelsäule eine extreme Streckung abverlangt wird, sieht man diese Erkrankung regelmäßig.

Symptome - Wie äußert sich die Verletzung?

Häufig sieht man zunehmende Beschwerden bei Gewichtszunahme. Die Beschwerden nehmen bei langem Gehen, Stehen oder Schlendern zu. Die Streckung ist die schmerzhafteste Bewegung. Beugung ist am angenehmsten, jedoch kann die Aufrichtung durch Zug auf die gereizten Strukturen schmerzhaft sein.

Typisch ist ein scharf begrenzter, lokaler, zentraler Rückenschmerz.

Patienten Info !

Therapie

Die Therapie richtet sich in erster Linie nach einer eventuellen primären Erkrankung. Schmerzen durch ein Trauma können mittels einer Infiltration gelindert werden.

Dosierte Ruhe

Wie bei allen Verletzungen braucht der Körper in erster Linie Ruhe. Der Körper zeigt mittels Schmerzen welche Bewegungen nicht empfehlenswert sind. Meistens sind dies Streckbelastungen (Stehen, Spazieren, Laufen, Bauchschlafen).

Als Regel gilt so viel wie möglich bewegen (Schwimmen, medizinische Trainingstherapie) ohne Schmerzen. In der Therapie wird gezeigt wie man sich schmerzfrei bewegen kann. Wichtig hierbei ist, dass alle täglichen Aktivitäten durchgenommen werden. Gelernt wird ein Bewegungsablauf mit einem aufgerichteten Becken, so dass Stehen und Gehen weniger beschwerlich sind. Jeder Schmerz würde einen neuen Reiz setzen und damit die Heilung verzögern.

Manuelle Therapie

Mittels Manueller Therapie wird die Funktion der übrigen Wirbelsäule (sogenannte hypomobilen Segmente) optimiert.

Hierdurch wird das betroffene Segment geschont.

Alltagstraining und Berufstraining

Normale Bewegungen des Alltags werden auf ihre richtige Ausführung hin trainiert.

Durch systematisches Training wird die Leistungsfähigkeit verbessert.

Patienten Info !

Dehnung

Die Muskeln, die bei einer Verkürzung ein Hohlkreuz hervorrufen, werden extrem gedehnt. Dies sind insbesondere Rückenstrecker und Hüftbeuger.

Krafttraining

Die Muskeln, die bei einer Kräftigung eine Abnahme des Hohlkreuzes hervorrufen, werden akzentuiert trainiert, insbesondere Bauchmuskulatur und Gesäßmuskulatur.

Weiter werden auch die anderen Rumpfmuskeln beübt, um ein natürliches Korsett anzutrainieren. Ein kräftiges Muskelkorsett und vor allem eine sehr gut durchtrainierte Bauchmuskulatur kann die Belastung auf das betroffene Segment erheblich reduzieren.

Koordinationstraining

Mit vielseitigen Übungen werden in der neuen Position des Rückens alle denkbaren Situationen gefestigt.

Prognose

Die Prognose ist unterschiedlich. Je nach Ursache werden unterschiedliche Erfolge erzielt. Therapieresistente Fälle können operativ versorgt werden.