

Patienten Info !

Schleudertrauma (Whiplash-injury)

Was ist das Schleudertrauma?

Ein Schleudertrauma (ST) ist eine Weichteilverletzung (Muskulatur, Bänder) der Halswirbelsäule. Es entsteht durch eine große Krafteinwirkung auf den Nacken, zum Beispiel bei einem Autounfall.

Pathologie – Welche Probleme verursacht ein Schleudertrauma?

Meistens treten Nackenbeschwerden und/oder Kopfschmerzen und/oder Bewegungseinschränkungen der Halswirbelsäule auf. Diese Beschwerden sind häufig nicht direkt nach der Krafteinwirkung spürbar, sondern meist erst am nächsten Tag. Ernsthaftige Symptome, die unbedingt ärztliche Überwachung brauchen sind:

- Übelkeit und Erbrechen
- Kribbelndes Gefühl oder Taubheitsgefühl im Arm, im Gesichtsbereich

Diagnose eines Schleudertraumas

Die Anamnese gibt Auskunft über die Größe der Kraft. Hierbei wird beachtet in welche Richtung und mit welcher Kraft der Unfall stattfand. In ernsten Fällen sollte die Halswirbelsäule geröntgt werden um eventuelle Knochenbrüche auszuschließen.

Therapie

Wie bei jeder Verrenkung des Körpers entsteht eine Gelenksteife. Hierbei legt der Körper sich einen natürlichen Gips an. Erst wenn die geschädigte oder überbelastete Struktur sich erholt hat, gibt der Körper die Bewegung frei. In leichten Fällen dauert dies ein paar Tage, in schweren Fällen bis zu 5 Wochen.

Patienten Info !

In ernsten Fällen wird (vor allem nachts) eine Krawatte getragen um die schmerzhafteste Struktur zu schonen. Hierbei gilt die Regel: so viel wie möglich bewegen ohne Schmerzen

Mobilisation

Die passive Mobilisation wird nach den Regeln der manuellen Therapie durchgeführt. Je nach Schweregrad der Verletzung kann schon nach einigen Tagen beginnen. Es werden die Muskeln gekräftigt und trainiert. Die Entstehung der Verletzung ist hierbei wichtig zu beachten. Anfangsweise findet dies gelenkschonend (isometrisch= ohne Bewegung), später dynamisch.

Koordination

Der Körper sollte so trainiert werden, dass er schnelle ruckartige Bewegungen auffangen kann. Ziel ist es, ähnliche Bewegungen wie bei dem Unfall zu simulieren und die Auffangreflexe zu stimulieren. Hierbei wird ein genauester Aufbau beachtet.

Prognose

Ernste Fälle können wie bei anderen Gelenkverrenkungen über Monate Beschwerden verursachen und benötigen eine physiotherapeutische Betreuung. Nur wenig Patienten leiden bei richtiger Behandlung unter den Spätfolgen eines Schleudertumas. Es sollte nochmals darauf hingewiesen werden, dass die Röntgenuntersuchung keinerlei Aussage über Weichteilverletzungen, wie beispielsweise an der Gelenkkapsel, gibt. Eine zu schnelle Mobilisierung der Gelenke, vor allem in Kombination mit der Einnahme von Schmerzmitteln, könnte, wie bei anderen Gelenken, zu einer Überbeweglichkeit (Hypermobilität) der betroffenen Gelenke führen.