

Dr. med. Bernard A. Bäker
Dr. med. Peter Reisky

Die verrückte Bandscheibe

Wirbelsäulenbeschwerden
und ihre Behandlung

Ratgeber Ehrenwirth

Inhalt

Vorwort	9
Ein Hexenschuß-Patient	10
Die Wirbelsäule als zentrale Funktions-Einheit	12
So kam der Mensch auf zwei Beine	16
Wirbelsäule und Nervenstränge	17
Die Wirbelsäule als Zentral-Computer	19
Der Mensch schrumpft, solange er lebt	22
Was klemmt beim Bandscheibenvorfall?	23
Organstörungen durch Wirbelsäulenschäden	27
Die Wirbelsäule als Krankheitsfaktor	29
Die Ernährung der Bandscheibe	30
Bandscheibenbedingte Erkrankungen	34
Weichteilrheumatismus, Myogelosen, Muskelverspannungen	35
Das Fibromyalgie-Syndrom	36
Das Halswirbelsäulen(HWS)- oder Zervikal-Syndrom	40
Der Hakenfortsatz	41
Die Halsganglien	43
Fehlbildungen der oberen Halswirbelsäule	44
Welche Beschwerden verursacht ein HWS-Syndrom?	45
Das Schleudertrauma	50
Diagnose des HWS-Schleudertraumas	52
Das Schulter-Arm-Syndrom	54
Das Brustwirbelsäulen(BWS)- oder Thorakal-Syndrom	59
Das Lendenwirbelsäulen(LWS)- oder Lumbal-Syndrom	60
Was hält die Wirbelsäule aus?	61
Kreuzschmerzen	63
Der Kreuzschmerz der Frau	65
Ischias	67
Beschwerden durch die lumbo-sakralen Übergangswirbel	70
Bandscheibenerkrankungen und Iliosakral-Syndrom	72
Das Cauda-Syndrom	74
Myelographie	75

Allgemeine Wirbelsäulenerkrankungen	76
Spondylolisthesis (Wirbelgleiten)	76
Was geschieht bei der Operation des Wirbelgleitens?	78
Bechterewsche Erkrankung (Spondylitis ankylosans)	78
Echter Gelenkrheumatismus	80
Osteoporose	82
Haltungsschäden und Skoliosen	84
Scheuermannsche Erkrankung (Adoleszenten-Kyphose)	90
Wirbelsäule und Sport	92
Prominente, Sport und Bandscheiben	94
Hüftgelenkarthrose und Wirbelsäule	97
Diagnostik von Bandscheibenschäden	98
Elektrische Leitfähigkeit von Nerven und Muskeln	99
Die Behandlung von Rückenschmerzen	100
Vorsorge für die Bandscheiben	100
1. Bewegung	100
2. Tägliche Übungen	101
3. Krankengymnastik	101
4. Kennen Sie »GRIP«?	103
5. Übungsprogramm	104
6. Wärme- und Kältebehandlung	108
7. Lebensgewohnheiten	109
8. Die Stufenbett-Lagerung	110
9. Kranke Füße, kranker Rücken	112
10. Kleidung	113
11. Arbeitsplatzbedingungen	113
12. Hausfrauenarbeit	114
Spezielle Behandlungen bei akutem Wirbelsäulenleiden	115
Akute Lumbago	116
Akutes Lumbago-Ischias-Syndrom	117
»Erbliche« Ischias	118
Akute Blockierung der Halswirbelsäule	119
Spezielle Behandlungen bei chronischem	
Wirbelsäulenleiden	120
Chronisches LWS-Syndrom mit/ohne	
Ischiasbeschwerden	120
Chronisches Halswirbelsäulen-Syndrom	121
Brustwirbelsäulen-Syndrom	122
Chiropraktik oder Manualtherapie	122
Der Arzt als Therapeut und das HWS-Syndrom als	
Krankheit	124
Gibt es zusätzliche Behandlungsmethoden?	126

Physiotherapie beim Wirbelsäulensyndrom	128
1. Wärmebehandlung	128
2. Kältebehandlung	129
3. Elektrotherapie	130
4. Massagen	132
5. Krankengymnastik	132
Naturheilverfahren beim Wirbelsäulensyndrom	134
Neuraltherapie beim Wirbelsäulensyndrom	135
Akupunktur beim Wirbelsäulensyndrom	136
Frischzellenbehandlung und Transplantation beim WS-Syndrom	137
Gentherapie beim Wirbelsäulensyndrom	138
Medikamente gegen Schmerzen	138
1. Analgetika vom Morphintyp	139
2. Analgetika vom antipyretischen und antiphlogistischen Typ	139
3. Migränemittel	139
4. Myotonolytika/Muskelrelaxanzien	140
5. Psychopharmaka	142
Diät und Kreuzschmerzen	142
Richtig gewürzt ist das halbe Leben	143
Salbenbehandlung bei Rückenschmerz	144
Homöopathika und Rückenschmerz	146
Rückenschmerzen und Psychotherapie	146
Mit Operation gegen Rückenschmerzen	148
Die »verrückte Bandscheibe« operieren – ja oder nein?	148
Die Wirbelsäulenversteifung	151
Zwischenwirbel-Endoprothese	151
Wahl der Operationsverfahren	152
Anhang	153
Die sozialmedizinische Bedeutung von Wirbelsäulenleiden	153
Berufskrankheit Wirbelsäulenschaden	153
Die Arbeitsunfähigkeit	154
Unfallschaden und Wirbelsäule	154
Die Wirbelsäulenkur	155
Literaturverzeichnis	156
Wichtige Adressen	158