



20. SÜDWESTDEUTSCHE SCHMERZTAGE

Deutsche Gesellschaft für Schmerzmedizin e.V.

Presse-Information

16. Oktober 2017

Rückenschmerzen selbst behandeln

Öffentliches Forum im Rahmen der 20 Südwestdeutschen Schmerztage

(Göppingen) Expertenrat und praktische Übungen gegen Rückenschmerzen gibt es bei einem öffentlichen Forum am 27. Oktober 2017 von 18:00 bis 20:00 Uhr in der Stadthalle Göppingen. Die Veranstaltung findet im Rahmen der Südwestdeutschen Schmerztage statt. Leiter ist Dr. med. Gerhard H. H. Müller-Schwefe, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Schmerzmedizin (DGS) und Leitender Arzt des Schmerzzentrums Göppingen der DGS.

„Rückenschmerzen sind die gesunde Antwort mündiger Bürger auf eine pathologische Leistungsgesellschaft“, sagt Dr. med. Frank Bartel aus Rostock. Der Schmerztherapeut und Präsident der Gesamtdeutschen Gesellschaft für Manuelle Medizin e.V. informiert im Rahmen eines öffentlichen Forums darüber, wie Patientinnen und Patienten Rückenschmerzen selbst behandeln und – dies vor allem – vermeiden können. Konzipiert ist die Veranstaltung als Mitmach-Forum. Dr. Bartel stellt die Methoden zur Selbstbehandlung nicht nur theoretisch dar, sondern motiviert die Teilnehmer, die Übungen selbst sofort auszuprobieren. Denn bei der Behandlung der Volkskrankheit Rückenschmerzen kommt es nicht nur auf das Können und Wissen der Ärzte an. Auch die Patienten sind gefordert, selbst aktiv zu werden.

Denn: „Jeder ist seines eigenen Schmerzes Schmid“ sagt Professor Jürgen Sandkühler, weltberühmter Forscher vom Zentrum für Hirnforschung der Universität Wien in Abwandlung eines bekannten Sprichwortes. Er zeigt auf, wie wir mit unserer Lebensweise unser Gehirn dazu bringen, Schmerzen zu bekämpfen und auszublenden oder auch zu erlernen und zu verstärken und er knüpft daran praktische Tipps und Übungen für eine schmerzfreie Lebensweise.

Rückenschmerzen sind nicht nur für die betroffenen Patienten, sondern auch für das Gesundheitswesen eine große Belastung. Bei einer Umfrage gaben 39 Prozent der Frauen und 31 Prozent der Männer an, dass sie in den letzten sieben Tagen Rückenschmerzen hatten. Die Beschwerden sind der häufigste Grund für Krankenschreibungen und für rund 40 Prozent aller Reha Maßnahmen verantwortlich. In Deutschland verursachen Behandlung, Rehabilitation und vorzeitige Berentung von Patientinnen und Patienten mit chronischen Rückenschmerzen jährliche Kosten von bis zu 25 Milliarden Euro.

Abnutzung und Verschleiß an der Wirbelsäule sind nur bei einem Bruchteil der Betroffenen die Ursache der Beschwerden. Sehr viel häufiger sind Bewegungsmangel oder einseitige Belastung verbunden mit psychischen und sozialen Faktoren der Grund dafür, dass sich die Pein im Rücken einnistet.

Darum spielt eine frühzeitige und kompetente Behandlung und vor allem die Prävention eine große Rolle: „Es ist entscheidend wichtig, dass Chronifizierungsprozesse verhindert werden“, betont Dr. med. Gerhard H. H. Müller-Schwefe, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Schmerzmedizin und Leiter der Südwestdeutschen Schmerztage. Dies ist möglich, wenn im Rahmen der Schmerztherapie Medikamente, Bewegung, physikalische und psychologische Strategien miteinander kombiniert werden – und wenn die Patienten selbst aktiv und zum Manager ihrer Schmerzen werden.

Interview-Wünsche an Dr. Müller-Schwefe:

Elfriede Andonovic · Tel. 07161 976476 · elfriede.andonovic@mueller-schwefe.com