ORTHOPÄDIE AKTUELL
10/2019
eurocom
• WIR • ENTWICKELN • GESUNDHEIT •

WIE DIE VERSORGUNG MIT EINER LUMBALORTHESE SCHMERZEN LINDERT

Dargestellt wird das Fallbeispiel eines 21-jährigen Handball-Profis, der seit etlichen Jahren unter schmerzhaften Lumboischialgien leidet.

Dr. Christoph Lukas, Sport-Orthopäde

Bereits 2014 zeigten sich im MRT degenerative Veränderungen mit Protrusionen L4/5 und L5/S1 sowie eine leichte Retrolisthese L5/S1 (siehe Abbildung 1). Seither habe der Handballer immer wieder unter Schmerzen im unteren Rückenbereich, teilweise mit Ausstrahlung in den dorsolateralen Oberschenkel links, zu kämpfen. In seinem damaligen, unterklassigen Verein war die medizinische und physiotherapeutische Betreuung eher suboptimal, sodass weder eine regelmäßige Behandlung noch ein regelmäßiges Training der Rumpfstabilität erfolgte.

Zur Saison 2018/19 wechselte der Spieler dann zu einem Erstligaverein. Im Rahmen des medizinischen Eingangschecks kam erstmals die Frage auf, ob die Freigabe für den professionellen Handballsport bedenkenlos gegeben werden kann. Da der Sportler zu diesem Zeitpunkt über Lumboischialgien klagte, die sich bereits beim ersten Training verstärkten, wurde ein Kontroll-MRT veranlasst, hier zeigte sich dann der oben bereits beschriebene Befund, wobei nun Protrusionen L3 bis S1 vorlagen, deren Ausmaß zugenommen hatten (siehe Abbildung 2).

Abbildung 1

Aufgrund der klinischen und bildgebenden Diagnostik sowie nach ausgiebiger Diskussion unter den Physiotherapeuten und Mannschaftsärzten wurde zunächst keine Freigabe erteilt. Dem Spieler wurde geraten, sich neben dem Handball ein zweites berufliches Standbein zu schaffen und eine Berufsausbildung zu machen. Der Sportler beschloss jedoch – wenigstens für eine Saison – voll auf die Karte Handball zu setzen. Der Verein erklärte sich damit einverstanden und der Vertrag erhielt Gültigkeit.

Die medizinische Abteilung leitete eine entsprechende Therapie ein, der Sportler erhielt regelmäßig Physiotherapie, Passivmaßnahmen wie zum Beispiel Massage und Elektrotherapie, zudem wurde ein intensives Trainingsprogramm zur Verbesserung der Rumpfstabilität eingeübt und in regelmäßigen Abständen kontrolliert bzw. angepasst.

Da beim Handball die körperliche Belastung und Anforderung an den Körper an und für sich bereits sehr hoch ist und dies durch den massiven Körperkontakt, insbesondere am Kreis, noch verstärkt wird, wurde der Sportler für Training und Wettkampf mit einer Lumbalorthese ausgestattet mit dem Ziel, die Stabilität im Becken und Lendenbereich zu verbessern. Zur besonderen Beschaffenheit der Orthese: Sie lässt sich in ihrer Wirkung herabstufen und an die individuellen Patientenbedürfnisse anpassen. Eine dünne, leichte Bauart garantiert, dass die Orthese beim Handballspielen als nicht störend empfunden wird, was die Compliance spürbar erhöht. Im Verlauf der Sitzung stellte der Sportler zudem heraus, dass er die Orthese auch im Rahmen der langen Busfahrten zu den Auswärtsspielen trage und auch hier die Schmerzerleichterung als sehr angenehm empfinde.

Die durchgeführten Maßnahmen zeigten positive Effekte, im Verlauf der Saison verpasste der Spieler kein Spiel aufgrund von Rückenbeschwerden, ist jedoch weiterhin regelmäßig in physiotherapeutischer Behandlung und klagt über rezidivierende Lumboischialgien. Zur Verlaufskontrolle wurde zum Abschluss der Saison eine Kernspinkontrolle veranlasst.

Abbildung 2

Im Verlauf der Saison wurde mehrfach das Gespräch mit dem Sportler gesucht, um bei ihm das Gespür für das Ausmaß des Befundes zu entwickeln, insbesondere in Bezug auf die Unterscheidung zwischen den aktuellen Beschwerden und der Prognose für die kommenden Jahre und Jahrzehnte, da es sich um einen sehr jungen Patienten handelt. Selbst wenn aktuell das Handballspielen möglich ist, treten doch immer wieder Schmerzen auf. Die physiotherapeutischen Behandlungen werden weiterhin durchgeführt, die Orthese empfindet der Patient als sehr hilfreich, auch zur Entlastung in der Phase nach der sportlichen Aktivität.

Spezielle Studien zur Verwendung von Lumbalorthesen im Spitzensport liegen, soweit bekannt, nicht vor, die Schmerzreduktion durch Tragen der Lumbalorthese ist jedoch nachgewiesen [2]. Wissenschaftlich gesichert ist auch die Reduktion des Schmerzmittelbedarfs [2]. Die häufig geäußerte Sorge, dass sich durch Tragen der Lumbalorthese die Rumpfmuskulatur abbauen könne, konnte ebenfalls in Studien widerlegt werden [1].

Insgesamt betrachtet stellen Lumbalorthesen eine sinnvolle Behandlungsergänzung bei chronischen Schmerzen im unteren Rückenbereich dar, sie sind effektiv, nicht invasiv und relativ kostengünstig.

LITERATUR

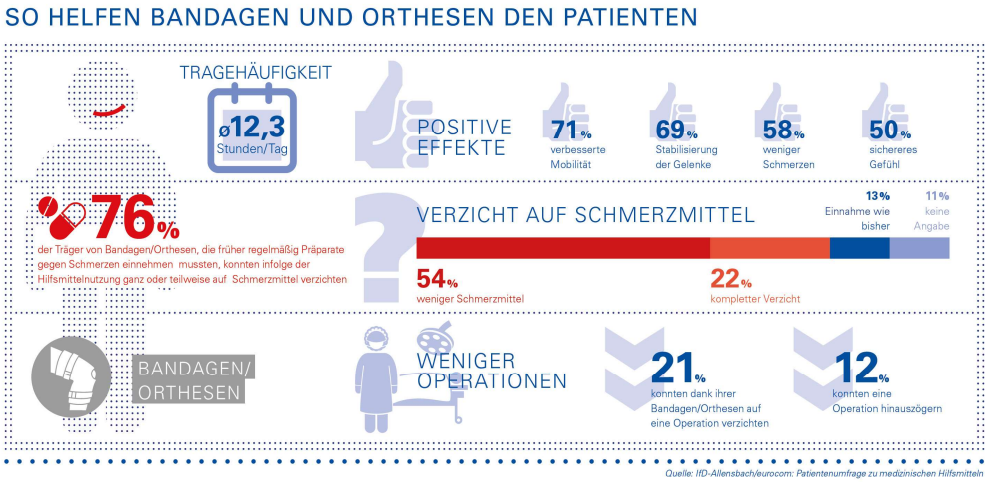
1. Azadinia, F. Can lumbosacral orthoses cause trunk muscle weakness? A systematic review of literature. The Spine Journal, 2016;17(4):589-602
2. Calmels, P, Queneau, P, Hamonet, C, et al. Effectiveness of a lumbar belt in subacute low back pain. Spine. 2009;34(3):215-220.

KORRESPONDENZADRESSE

Dr. Christoph Lukas, Steinheimerstraße 7, 74321 Bietigheim-Bissingen, praxis@drlukas.de

DASS PATIENTEN DANK BANDAGEN UND ORTHESEN MEHR VOM LEBEN HABEN?

Wie sehr und auf welche Weise profitieren Patienten von medizinischen Hilfsmitteln? Das wollte eurocom wissen und beauftragte das Institut für Demoskopie Allensbach mit einer repräsentativen Umfrage, bei der rund 1.300 Patienten zu Wort kamen. Fazit: Die Hilfsmittelnutzer benötigen nach eigenen Angaben weniger Medikamente, können operative Eingriffe oft vermeiden, sind mobiler und gewinnen dadurch an Lebensqualität.
Aktuell tragen 13 Prozent der deutschen Bevölkerung ab 16 Jahren, das sind ca. 7,8 Millionen Menschen, aufgrund von Erkrankungen und Beschwerden des Bewegungsapparates Bandagen und Orthesen. Und das mit großer Zufriedenheit. Das spiegeln die Umfrageergebnisse eindrucksvoll wider: 54 Prozent der Träger von Bandagen und Orthesen konnten ihren Schmerzmittelkonsum reduzieren, 22 Prozent verzichten sogar ganz auf Schmerzmittel. Zudem berichten 21 Prozent, dass sie dank ihres Hilfsmittels eine Operation vermeiden konnten und 71 Prozent, dass sie wieder mobiler sind. Insgesamt attestieren 81 Prozent aller Träger von Bandagen und Orthesen ihrem Hilfsmittel einen hohen Nutzen.



Die Ergebnisse der repräsentativen Patientenbefragung des Instituts für Demoskopie Allensbach zu Anwendung und Nutzen von Bandagen und Orthesen, orthopädischen Einlagen und medizinischen Kompressionsstrümpfen hat eurocom in der Broschüre „Nutzen und Wirksamkeit medizinischer Hilfsmittel: Steigende Lebensqualität durch weniger Schmerz und mehr Mobilität“ veröffentlicht.

Die Broschüre ist als Download unter **www.eurocom-info.de/service/publikationen** verfügbar und kann dort ebenso als Printfassung bestellt werden.

Juzo Lumbalorthesen – Gezielte Unterstützung für den Rücken. Die Ursachen von Rückenschmerzen sind so vielfältig wie die Alltagssituationen, in denen sie auftreten. Ein wichtiger Bestandteil der Therapie bei unspezifischem und spezifischem Rückenschmerz sind Lumbalorthesen. Sie helfen dabei, den Rücken auch im Alltag zu unterstützen. Die vier JuzoPro Lumbalorthesen gibt es von light bis strong, je nach Indikation und individuellen Bedürfnissen: JuzoPro Lumbal Light, JuzoPro Lumbal, JuzoPro Lumbal Plus und JuzoPro Lumbal Strong. Weitere Informationen unter www.juzo.com/de.

***

Die Kniebandage GenuTrain kommt mit neuem Gestrick, neuer Pelotte und neuen Stäben auf den Markt. Ihr Hoch-Tief-Gestrick hat eine stärker strukturierte Oberfläche für eine bessere Passform, ihr Omega+ Pad bewegliche Massagenoppen für neue Reize bei der Stimulation sensibler Areale und die seitlichen Kunststoffstäbe verfügen jetzt über eine patentierte flexible Beugezone plus An- und Ausziehhilfen. Mehr auf bauerfeind.com.

***