

## Aktiv gegen den Schmerz - Tipps für einen gesunden Rücken

- Bleiben Sie in Bewegung
- Halten Sie Ihren Rücken gerade
- Hocken Sie sich, statt sich zu Bücken
- Vermeiden Sie schweres Heben
- Verteilen Sie gleichmäßig Lasten gleichmäßig, und transportieren Sie diese körpernah
- Versuchen Sie gerade, möglichst mit einer Rückenstütze, zu sitzen
- Stehen und liegen Sie mit leicht gebeugten Knien
- Treiben Sie Sport, bevorzugt Schwimmen, Laufen oder Radfahren
- Trainieren Sie Ihre Wirbelsäulenmuskulatur

## Anmeldung

### Spezialsprechstunde Wirbelsäulenprobleme

Dr. med. Jochen Nessler,  
Facharzt für Orthopädie und  
Arzt im Rettungsdienst



**Anmeldung Ambulanz**  
Tel. 02162 966-213

## Anfahrt



Zertifiziertes Endoprothesenzentrum  
der Maximalversorgung

LVR-Klinik für Orthopädie  
Viersen



Patienteninformation

Wirbelsäule

LVR-Klinik für Orthopädie Viersen  
Horionstrasse 2, 41749 Viersen  
Tel.: 0 21 62 966 - 0, Fax 02162 966 - 327  
orthopaedie.viersen@lvr.de, www.orthopaedie-viersen.lvr.de

LVR-Klinikverbund



Sehr geehrte Patientinnen und Patienten,  
sehr geehrte Damen und Herren,

kaum eine Erkrankung ist so weit verbreitet wie der Rückenschmerz. Jeder zweite Deutsche leidet mindestens einmal im Leben daran. Rückenschmerzen können langwierig sein und werden nicht selten chronisch. Die LVR-Klinik für Orthopädie bietet u.a. auf diesem Gebiet ein breites Spektrum an nicht operativen und operativen Behandlungsmöglichkeiten an. Auf jeden Patienten/innen individuell abgestimmte leitliniengestützte Programme stehen für eine optimale Therapie zur Verfügung. Zur noch besseren Diagnostik haben wir die Spezialsprechstunde Wirbelsäulenprobleme eingerichtet. Falls Sie kompetente Hilfe in Anspruch nehmen müssen, würden wir uns freuen Sie in unserer Klinik begrüßen zu können



Ihr

Prof. Dr. med. Dietmar Pierre König  
Ärztlicher Direktor

## Sie haben Rückenschmerzen

Bewegungsmangel, seelische und einseitige körperliche Belastungen, Übergewicht, Schwerstarbeit, ungünstige Arbeitsplatzgestaltung und angeborene organische Schäden u.a. stellen wesentliche Gründe für die Entstehung von Rückenschmerzen dar.

Die Folgen können sehr vielfältig sein, der Rückenschmerz kann viele verschiedene Ursachen haben. Darunter zählen:

- Muskelverspannungen
- Wirbelblockaden
- ISG-Syndrom (Kreuz-Darmbeingelenksyndrom)
- Facettengelenksyndrom
- Bandscheibenvorfall der Hals,- Brust - oder Lendenwirbelsäule
- Spinalkanalstenose (Einengung des Wirbelsäulenkanals)
- Wirbelgleiten
- Wirbelbrüche
- Tumorerkrankungen der Wirbelsäule
- Entzündungen
- Chronisches Schmerzsyndrom

Halten die Rückenschmerzen länger an oder stellen sich Lähmungen oder Taubheitsgefühle ein, ist es höchste Zeit für einen Arztbesuch zur genauen Abklärung.

## Symptome

- Anhaltender Rückenschmerz ohne und mit Ausstrahlung in andere Körperregionen
- Muskelverspannungen
- Kribbeln
- Empfindungsstörungen
- Lähmungserscheinungen
- Plötzliche Unfähigkeit Urin oder Stuhl zu halten

## Unser Behandlungsspektrum

Die LVR-Klinik für Orthopädie weist in der Behandlung von Wirbelsäulenerkrankungen ein weites Spektrum auf. Nach einer differenzierten Diagnostik wird mit jeder Patientin und jedem Patienten eine individuelle Planung, sei es mit einer nicht operativen Methode oder einer notwendigen Operation, abgestimmt.

Folgende Therapien, Eingriffe und Operationen werden in der Klinik durchgeführt.

- Akute Schmerztherapie
- Physikalische Therapie
- Leitliniengestützte Behandlung akuter und chronischer Rückenschmerzen mittels SSPDA (Single Shot Peridural Anästhesie)
- Peri-Radikuläre Schmerztherapie (PRT)
- Facettengelenksverödung
- Mikrochirurgische Bandscheibenoperationen
- Erweiterte Interlaminäre Fensterung oder Laminektomie
- Versteifungsoperationen an der Lendenwirbelsäule
- Epiduroskopie
- Nucleoplastie
- Discographie
- Kyphoplastie
- Implantation von Interspinösen Spreizern
- Operationen an der Halswirbelsäule

