

«Es war unglaublich zermürbend»

Silvia S. litt viele Jahre an schlimmen Rückenschmerzen. Nach einer Wirbelsäulenaufrichtung ist sie schmerzfrei

Von Denise Dollinger

Basel. Mit aufrechtem Gang und einem entspannten Lächeln auf den Lippen betritt Silvia S.* das Untersuchungszimmer von Stefan Schären, Professor im Universitätsspital beider Basel. «Das linke Bein zwackt noch ein wenig, sonst geht es mir aber gut», sagt sie und setzt sich auf einen Stuhl. Dass die Seniorin so stabil und gerade und vor allem ohne unerträgliche Schmerzen durch das Leben gehen kann, ist ein neuer Zustand für sie. Die 76-Jährige hat einen Leidensweg von über zwanzig Jahren und insgesamt fünf Operationen am Rücken hinter sich. Die letzte, eine Aufrichtung der Wirbelsäule in ihre Ursprungsform, liegt vier Monate zurück. Und brachte endlich die lang ersehnte Erleichterung.

«Es fing an, als ich mit Anfang fünfzig daheim eine schwere Tischplatte hochhob», erinnert sich Silvia S. «Es machte knacks und ich konnte mich weder aufrichten, noch laufen. Meine Wirbelsäule war wie blockiert.» Bereits vor diesem Vorfall plagten sie immer wieder Rückenschmerzen oder ein Ziehen im Ischiasnerv. «Es kam vor, dass mir Bewegungen wie Staubsaugen oder Bügeln wehtaten. Mit einer Schmerztablette konnte ich das aber jeweils lindern.» Zusätzlich hätten der Chiropraktiker oder Massagen geholfen.

Die Ärzte waren zuerst ratlos

Doch nach dem «Tischplatten-Vorfall» war nichts mehr wie zuvor. Die Beschwerden wurden so unerträglich, dass Silvia S. für vier Wochen stationär in die Schmerzambulanz musste. Zweimal täglich stand eine Therapie auf dem Programm, am Wochenende durfte sie nach Hause. «Dort schlief ich dann auf dem Fussboden, weil die Schmerzen nur so auszuhalten waren.»

Trotz einer Magnetresonanztomografie (MRI) fand man nichts heraus. Auf den ersten Klinikaufenthalt folgte kurze Zeit später ein zweiter. Dann, als die Schmerzen immer mehr in das linke Bein ausstrahlten, zeigte eine erneute MRI-Untersuchung schliesslich einen Bandscheibenvorfall als Ursache. «Ich war froh, dass die Ärzte endlich etwas gefunden hatten», sagt die Seniorin. Sie sei sich zeitweise vorgekommen wie eine Simulant. «Wenn man fast unaushaltbare Schmerzen hat und niemand etwas findet, weiss man irgendwann nicht mehr, was noch stimmt.»

Es folgte die erste Operation an der Bandscheibe. Acht Monate später ging das Ganze von Neuem los. Die Schmerzen durchschossen Silvia S. erneut wie Pfeile. Es folgte eine weitere Bandscheibenoperation. Vier Jahre später kehrten die Beschwerden abermals zurück. «Es war unglaublich zermürbend.»

Fehlhaltung wegen Schmerz

2007 erklärten die Ärzte der damals 65-Jährigen dann, dass es nur noch eine Lösung gebe: Vier Lendenwirbel müssten versteift werden. Silvia S. willigte ein. Doch auch diese Operation führte nicht zum langfristigen Erfolg. Nach drei Jahren traten wieder zunehmende Rückenschmerzen auf. «Irgendwann



Zurück in der Ursprungsform. Stefan Schären kontrolliert bei seiner Patientin Silvia S., wie der Stand der Wirbelsäule nach der Operation ist. Foto Dominik Plüss

bemerkte ich, dass ich beim Stehen und Gehen durch den Schmerz meinen Körper nach vorne neigte», sagt die Baslerin. Diese Ausweichhaltung verstärkte sich mit der Intensität der Beschwerden immer mehr. «Zwang ich mich in eine «normale» Haltung, brachte mich der Schmerz jeweils zügig wieder in die Waagrechte. Es war zum Verzweifeln.»

Und die Odyssee nahm kein Ende. «Im letzten Frühling hatte ich plötzlich eine Lähmung im linken Oberschenkel und fiel in meiner Wohnung um.» Eine weitere MRI zeigte, dass ein Nerv durch einen Bandscheibenvorfall, oberhalb der zuletzt versteiften Lendenwirbel, eingeklemmt war.

Der Spinalkanal wurde notfallmässig geöffnet, der Nerv befreit. Kurz darauf fiel die Seniorin erneut in die waagrechte Haltung. «Professor Schären sagte mir dann, dass wir weitere Wir-

bel versteifen und die Wirbelsäule in ihre Ursprungsform zurückbringen müssen.» Die schmerzgeplagte Frau stimmte dem erneuten Eingriff zu.

Seit Kurzem ohne Korsett

Damit sich die Wirbelsäule in der richtigen Form versteift, musste sie die letzten drei Monate ein Korsett tragen. Seit Kurzem geht sie ohne durchs Leben. «Bewegungen wie Sockenanziehen oder Treppenlaufen bereiten mir noch etwas Probleme.»

Irgendwie hat sich die Lähmung links noch nicht ganz erholt», sagt Silvia S. Doch sei sie frohen Mutes, dass das noch besser wird. Das Wichtigste sei erreicht: «Ich bin endlich schmerzfrei und das ist ein wundervolles Gefühl.»

Silvia S.* ist eines der Gesichter der derzeit laufenden Imagekampagne des Universitätsspitals Basel.

«Die Abnutzung stoppt nicht»

Stefan Schären über die Arbeit am Basler Wirbelsäulenzentrum

Von Denise Dollinger

BaZ: Herr Schären, Sie haben bei Silvia S., durch eine Operation vor drei Monaten, die Wirbelsäule wieder aufgerichtet. Was genau wurde da gemacht?

Stefan Schären: Bei der bereits versteiften Wirbelsäule von Frau S. schnitten wir am drittuntersten Wirbel einen Keil heraus und «klappten» den Wirbel zusammen. Dies hatte den Effekt, dass sich die vornübergebeugte Wirbelsäule wieder aufrichtete und in ihre Ursprungs-S-Form zurückkam. Fixiert haben wir diesen Teil der Wirbelsäule mit insgesamt sechs Schrauben und Stäben.

Warum wurde das nicht bereits bei der vorangehenden Operation gemacht?

Diese Operation war rund zehn Jahre zuvor. Die Medizin war damals noch auf einem ganz anderen Forschungsstand. Heute weiss man, dass es ganz wichtig ist, die Wirbelsäule nicht nur zu versteifen, um die Schmerzen zu lindern, sondern ihr die alte, ursprüngliche Form zurückzugeben.

Warum das?

Versteift man die Wirbelsäule in einer ungünstigen Stellung, können Probleme, wie neue Fehlbelastungen und raschere Abnutzung, auftreten.

Das heisst, Frau S. wird nun für lange Zeit beschwerdefrei bleiben?

Dem Verlauf nach zu urteilen, ist davon auszugehen. Fakt ist aber, dass die Abnutzung, bei einer bereits versteiften Wirbelsäule, nicht stoppt. Das heisst, je grösser die Versteifung ist, desto schneller sind die unmittelbar nächsten Wirbelabschnitte betroffen. Das kann man leider nicht verhindern. Aber, durch die Operation kann man für einen gewissen Zeitraum die Situation verbessern.

Wie lange ist dieser Zeitraum, im Fall Ihrer Patientin, denn bestenfalls?

Wir hoffen, dass Frau S. durch diesen Eingriff in den kommenden zehn Jahren Ruhe hat. Nachdem sie die letzten drei Monate ihren Alltag im Korsett bestritten hat, kommt nun die Phase, wo sie durch gezieltes Training die umliegende Muskulatur stärken muss. Dies hat einen positiven Effekt auf die Gesamtsituation.

Welche Einflüsse begünstigen die Abnutzung der Bandscheibe?

Der wichtigste äussere Faktor, den wir direkt beeinflussen können, ist das Rauchen. Es wurde festgestellt, dass sich die Bandscheibe bei Rauchern schneller abnutzt als bei Nichtrauchern. Ansonsten steht die genetische Veranlagung klar im Vordergrund. Doch auch wenn es quasi «Schicksal» ist, wie schnell sich die Bandscheibe abnutzt, kann man auf die Situation vorbeugend einwirken.

Wie das?

Indem man aktiv ist, sich viel bewegt und gesund ernährt. Ganz wichtig ist es auch, erste Anzeichen wie starke Schmerzen oder Lähmungserscheinungen ernst zu nehmen und dies von einem Arzt abklären zu lassen.

Das Wirbelsäulenzentrum wurde 2015 als schweizweites Novum eröffnet. Was ist das Spezielle daran?

Im Zentrum arbeiten sämtliche Spezialisten, die mit der Abklärung und Therapie von Wirbelsäulenleiden zu tun haben, unter einem Dach eng zusammen. Innerhalb des Zentrums ist die 2014 neugeschaffene Abteilung für Spinale Chirurgie die erste ihrer Art, in der neurochirurgische und orthopädische Wirbelsäulenspezialisten gemeinsam operieren. Dies ist einmalig in der Schweiz und bündelt das Know-how der beiden Disziplinen unter einer Leitung.

Was bedeutet das für die Patienten?

Sie profitieren vom gemeinsamen Wissen und der Erfahrung aller beteiligten Disziplinen. Das heisst, sie erhalten von Anfang an eine koordinierte und auf sie optimal zugeschnittene Abklärung und Behandlung nach den neusten Methoden. Unnötige oder doppelte Untersuchungen und Therapien können so vermieden werden. Für uns Ärzte besteht der Vorteil darin, dass wir uns kurzfristig absprechen können. Dieses «Hand in Hand»-Arbeiten bedeutet für alle Beteiligten eine bessere Patientenversorgung, mehr Effizienz und Sicherheit.

«Durch die Operation kann man für einen gewissen Zeitraum die Situation verbessern.»

Wie viele Operationen werden pro Jahr durchgeführt?

Im Durchschnitt führen wir mehr als tausend Operationen pro Jahr durch. Unser universitäres Wirbelsäulenzentrum hat sich zudem der Forschung verschrieben. So versuchen wir etwa herauszufinden, wie es zu der Abnutzung der Bandscheibe kommt und ob wir diesen Prozess aufhalten beziehungsweise verlangsamen können.

Was genau machen Sie da?

Wir wissen von Tierarten, die auch im Alter praktische keine Abnutzungen an der Bandscheibe entwickeln. Mitarbeitende von mir sind Teil einer internationalen Forschungsgruppe, die bereits einige Ursachen, weshalb bei diesen Tieren keine Abnutzungserscheinungen auftreten, herausfinden konnten. Zurzeit versuchen wir die Zusammenhänge besser zu verstehen und zu beeinflussen.

Und wenn das funktioniert?

Der nächste grosse Schritt wird sein, diese Erkenntnisse auf den Menschen zu übertragen. Wir sind überzeugt, dass wir es in nicht zu ferner Zukunft schaffen, die Bandscheibenabnutzung zu verlangsamen oder zu stoppen.

Professor Stefan Schären ist Leiter des Wirbelsäulenzentrums und Chefarzt der Abteilung für Spinale Chirurgie des Universitätsspitals Basel.

gesundheit heute

Eine Sendung der Basler Zeitung



Zufrieden durch die Wechseljahre

Mit Dr. Jeanne Fürst

Die Sendung ermöglichen: St. Claraspital, Interpharma, Merian Iselin, Schulthess Klinik und Viollier AG

Die Menopause trifft alle Frauen, meistens tritt sie im Alter zwischen 46 und 54 auf. Rund ein Drittel der Frauen leidet unter Wechseljahrsbeschwerden. Der Hormonmangel ist zwar eine normale altersbedingte Erscheinung, trotzdem kann er zu Stimmungsschwankungen, Hitzewallungen, Schweissausbrüchen, Schlafstörungen und Gewichtszunahme führen. Es gibt die unterschiedlichsten Möglichkeiten und die verschiedensten Wege, die Beschwerden zu stabilisieren.

Gesundheit heute: Samstag, 5. März 2016, 18.10 Uhr, auf SRF 1

Zweitausstrahlung auf SRF 1: Sonntag, 6. März 2016, 9.30 Uhr

Mehrere Wiederholungen auf SRFinfo

Weitere Informationen auf www.gesundheit-heute.ch