

SUCHE

ANMELDEN



GESUND

05.11.2019

Wie Physikalische Medizin Schmerzen erfolgreich behandelt

Wissenschaftliche Studien zeigen: Die Wirkung von Elektrotherapien, Hautreiztherapien und mechanischen Verfahren ist vielfach vergleichbar mit jener von Medikamenten.

von Ernst Mauritz

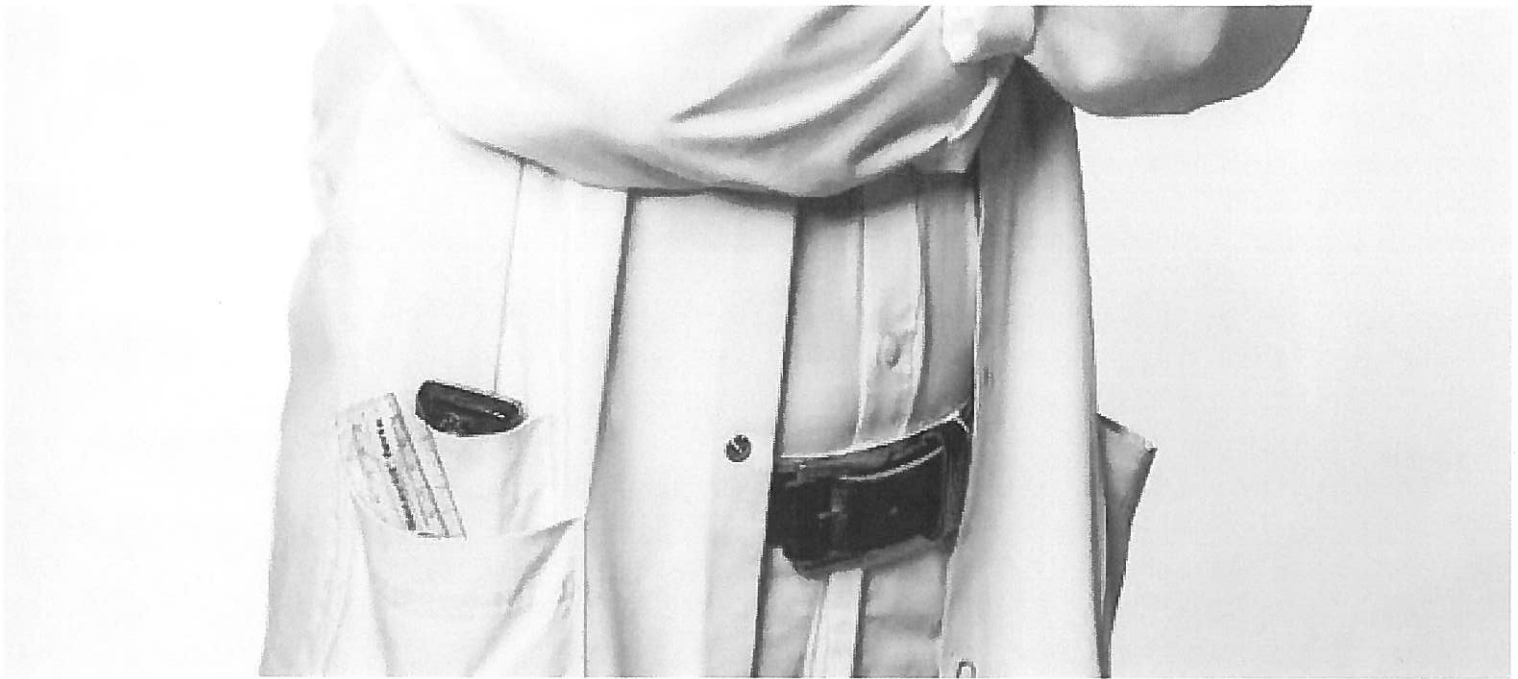
Die Wirkung dieser Verfahren wird vielfach unterschätzt, erklärt Prim. Dr. Christian Wiederer. Der ärztliche Leiter des Klinikum am Kurpark Baden für Orthopädie und Rheumatologie in Niederösterreich ist Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Physikalische Medizin und Rehabilitation.

KURIER: Welche Effekte hat Physikalische Medizin?

Christian Wiederer: Mit ihren unterschiedlichen Verfahren ist eine wissenschaftlich erprobte, deutliche Schmerzreduktion möglich – in vielen Fällen vergleichbar mit den

Effekten von Medikamenten. Dabei werden ohne Nebenwirkungen Reize gesetzt, die schmerzstillend oder muskelaufbauend wirken. Zu den Verfahren zählen u. a. Elektrotherapien, Ultraschall, Kälte- und Wärmetherapien, Hautreiztherapien wie Munari, Lichttherapien und der große Bereich der mechanischen Verfahren wie die Massagen, generell die Manuelle Medizin und natürlich die Bewegungs- und Trainingstherapien. Wir begreifen die Patienten im wahrsten Sinn des Wortes noch.





Christian Wiederer, Facharzt für Physikalische Medizin und Rehabilitation. © Bild: Kurt Patzak

Wird Physikalische Medizin nur zur Rehabilitation eingesetzt?

Nein, das ist ein falsches Bild: Sie hilft auch in der akuten Phase eines Schmerzes – etwa durch das Einnehmen bestimmter, die schmerzenden Strukturen entlastenden Positionen, die den Druck von den Nervenwurzeln nehmen. Physikalische Therapien werden am besten kombiniert eingesetzt und können die Wirkung von Medikamenten unterstützen, die Dosierung und die Einsatzdauer deutlich verkürzen und in manchen Fällen in Absprache mit dem behandelnden Arzt die Medikamenteneinnahme ersetzen. Dadurch sind Kosteneinsparungen im Gesundheitssystem möglich.

Und in der Prävention?

Die Muskelkräftigung mit gezielten Übungstherapien, aber z. B. auch Elektrostimulationen können operative Eingriffe etwa an Bandscheiben oder Gelenken hinauszögern oder sogar komplett verhindern. Ich habe Patienten, bei denen bereits vor 20 Jahren ein künstliches Hüftgelenk erstmals angedacht wurde – und die bis heute dank optimaler Therapie keines benötigen.

NEUE DATEN**Wie wirksam physikalische Medizin ist****Wie individuell sind die Therapien heute?**

Entscheidend ist, dass Patient und Arzt ein persönliches, individuelles und auch funktionell ausgerichtetes Therapieziel festlegen. Daran orientieren sich Therapiepläne, die für jeden Patienten einzeln sowohl für die stationäre als auch ambulante Therapie und Rehabilitation festgelegt und begleitet werden sollen. Auch Heimübungsprogramme sind von großer Bedeutung, da sie ein wichtiger Teil der Prävention sind. Diese Programme müssen regelmäßig überprüft werden, ob sie noch aktuell sind oder angepasst werden müssen. Wir sprechen heute auch nicht mehr von passiven und aktiven Therapien. Auch bestimmte Formen der Elektrotherapie sind aktiv: Da spannen sich Muskeln aktiv an und entspannen sich. Auch wenn ein Therapeut das Knie durchbewegt, ist das für das Gelenk etwas Aktives.

Publikumsveranstaltung: „Physikalische Medizin bei Schmerzen der Wirbelsäule und der Gelenke“, drei Vorträge zu Diagnostik und Therapie bei Gelenksschmerz, Arthrose und Wirbelsäulenproblemen am Freitag, 8. 11., 9.30–11.30 Uhr (sämtliche Vorträge ab 9.30 und ab 10.30 nochmals) im Techgate Vienna, Donau-City-Straße 1, 1220 Wien. Besucher können auch ihre Handkraft messen lassen: Diese gibt Hinweise auf den Trainingszustand und die Muskulatur.

Sprechstunde: Prim. Dr. Christian Wiederer am Telefon (01 / 526 57 60): Mi., 6. 11., 16–17 Uhr;

eMail: gesundheitscoach@kurier.at

GESUND**Nachgewiesen: An feuchten Tagen spüren mehr Menschen Schmerzen**