

Reizstrom-Therapie von innen: Neue Hilfe bei Bandscheibenbeschwerden



Dr. Peter Krause erklärt Stephanie Hofmann den Eingriff an einem Modell

# „Pascha-Therapie nahm mir meine Rückenschmerzen“



Pascha-Therapie: Dr. Krause führt die Sonde durch eine Kanüle in den Rücken ein

**P**ublic Viewing im Café „Wiener“: Alles jubelt. Özil schießt das 1:0. Und Stephanie Hofmann (43) kommt mit dem Servieren kaum noch nach. Ständig schleppt sie neue Tablettts mit Getränken durch die Reihen der durstigen Gäste ihres Restaurants. Die Arbeit macht ihr wieder Spaß.

Bis vor kurzem sah das noch ganz anders aus. Da machte ihr gar nichts mehr Spaß. Stephanie litt unter so starken Nacken- und Rückenschmerzen, dass sie kurz davor stand, ihren Beruf aufzugeben: „Ich habe es vor Schmerzen kaum noch ausgehalten. Sie schossen wie Blitze in meine Schulter und zogen von der Halswirbelsäule bis tief runter in den Arm. Das Schlimmste war, dass mir jahrelang keine Therapie helfen konnte. Die Ärzte empfahlen mir als letzten Ausweg schon eine künstliche Bandscheibe. Eine schwierige Operation, die ich mir nicht unbedingt antun wollte.“

Heute kann Stephanie wieder lachen. Sie braucht keine künstliche Bandscheibe mehr. Denn die Restaurantleiterin wagte einen letzten Versuch. Sie ließ sich mit einer minimal-invasiven Methode behandeln, die in München noch neu ist: „Ich bekam eine Pascha-Elektrode in den Wirbelkanal. Erst hat es gekribbelt, dann waren meine Schmerzen weg.“

Anfangs war sie noch misstrauisch, ob die Schmerzen nicht doch wiederkommen würden: „Doch der Erfolg hält immer noch an. Für mich scheint das ein Wunder.“

Für Stephanie Hofmanns Arzt Dr. Peter Krause (44) ist die Wirkung der Pascha-Therapie jedoch kein Wunder: „Drei Viertel aller Münchner wissen, wie quälend Rückenschmerzen sein können. Meist vergehen sie von selbst oder reagieren gut auf die verschiedenen Therapien. Doch bei etwa jedem zehnten Patienten werden die Schmerzen chronisch. Das betrifft rund 100 000 Münchner. Bei Frau Hofmann hatten die chronischen Schmerzen gleich mehrere Ursachen, darunter ein Bandscheibenvorfall und gereizte Nervenwurzeln. Hier sind normalerweise mehrere Be-



Dr. Krause zeigt, wie er Stephanie mit der Sonde behandelt hat. Oben li.: Stephanie kann wieder schmerzfrei arbeiten

Fotos: M. Timm

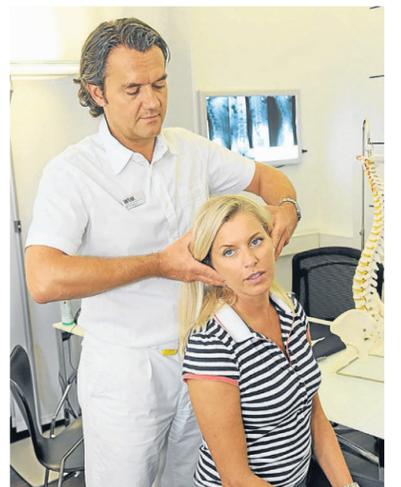
handlungsmethoden nötig. Doch mit der neuen Pascha-Elektrode können wir drei Schritte gleichzeitig durchführen.“

Nachdem der Arzt die Elektrode unter örtlicher Betäubung und unter Kontrolle durch eine Röntgenkamera in den Wirbelkanal eingeführt hat, kann er durch eine leichte elektrische Stimulation der verschiedenen Nerven feststellen, wo genau die Schmerzursache liegt. Das empfinden die Patienten als leichtes Kribbeln. Dr. Krause: „Danach unterbrechen wir die Schmerzleitung dieser Nerven durch einen gepulsten Hochfrequenzstrom. Weil die Temperatur durch diese gepulste Energie nur auf 43 Grad ansteigt, kann der Nerv nicht durch Hitze beschädigt werden. Zusätzlich können wir durch die Sonde wie bei einem Wirbelsäulenkatheter entzündungshemmende und abschwellende Medikamente an die Nervenwurzel spritzen und das Gebiet mit Kochsalzspülen. Dadurch werden Schmerzstoffe besser abtransportiert. Das alles ist mit einer einzigen Sonde möglich, die von dem Chirurgen Dr. Omar Pascha entwickelt wurde. Daher kommt der Name.“

Die Behandlung wird von den Kassen bezahlt. Nach zwei Tagen dürfen die Patienten wieder nach Hause. Manchmal ist der Eingriff sogar ambulant möglich. Etwa jeder zehnte Patient ist danach sofort schmerzfrei, bei 60 Prozent stellt sich der Erfolg nach ca. drei Wochen ein.

Außer bei Bandscheibenvorfällen und Nervenwurzel-Reizungen ist die Pascha-Therapie auch bei verengtem Wirbelkanal, nach erfolglosen Bandscheiben-Operationen, bei Wirbelsäulenbedingten Kopfschmerzen und bei Schmerzen durch Gürtelrose möglich.

MICHAEL TIMM



Erfolg: Die Wirbelsäule tut nicht mehr weh

**■ Falsch: Harte Matratzen sind besser**  
Studien zeigen, dass bei Rückenschmerzen mittelharte Schlafunterlagen besser sind. Auf harten Matratzen verspannt sich der Rücken, was die Beschwerden verstärkt. Die Unterlage muss sich an die natürliche Krümmung der Wirbelsäule anpassen.

**Richtig:** Beim Matratzenkauf kommt es auf das Körpergewicht an und darauf, ob Sie allein oder zu zweit schlafen. Als Faustregel gilt: Geringes Gewicht – weichere Matratze, größeres Gewicht – härtere Matratze. Lassen Sie sich im Fachhandel beraten.  
**■ Falsch: Wer schwer hebt, ruiniert sich das**

## Die 4 häufigsten Rücken-Irrtümer

**Kreuz**  
Schwere Lasten sind nicht automatisch rüchenschädlich. Entscheidend ist die richtige Trage- und Hebetchnik. Am Arbeitsplatz können zudem Hilfsmittel wie Tragegurte oder Tischwagen eine gute Unterstützung sein.

**Richtig:** Eine rüchenschonende Methode zum Anheben ist die Kniebeuge: in die Hocke gehen, den Rücken gerade halten und den Gegenstand mit der Muskelkraft aus den Oberschenkeln und dem Gesäß hochstemmen. Die Arme sollten Sie möglichst

nah am Körper halten. Vermeiden Sie ruckartige Bewegungen und Drehungen.  
**■ Falsch: Wer zu viel sitzt, bekommt automatisch Rückenschmerzen**  
**Richtig:** Nur weil jemand viel sitzt bekommt er nicht automatisch Rückenbeschwerden.

Schreibtisch-Menschen brauchen lediglich körperlichen Ausgleich und Bewegungspausen, die Sitzposition sollte so oft wie möglich verändert werden. Keilkissen oder ergonomisch geformte Stühle mit beweglicher Rückenlehne unterstützen außerdem den Rücken

und beugen Schmerzen vor. Verziehen Sie mal auf das Auto und fahren Sie stattdessen mit dem Fahrrad ins Büro. Oder steigen Sie eine Station früher aus der U-Bahn und gehen Sie die letzten Meter zu Fuß.  
**■ Falsch: Ein Rücken mit Schmerzen muss geschont werden**

**Richtig:** Bewegung ist die beste Medizin – auch wenn's im Rücken zieht. Bei einem Bandscheibenvorfall gilt: Je schneller man körperlich wieder aktiv wird, desto besser. Zunächst hilft sanfte Bewegung im Wechsel mit Entspannung. Schon ein kurzer Spaziergang hält den Rücken flexibel.  
QUELLE: DAK