

# Stoßwellen lösen Schmerzen

Schonende Alternative zur OP



Foto: E.M.S. Electro Medical Systems S.A., Nyon (Schweiz)

Die extrakorporale Stoßwellentherapie, kurz ESWT, hat die moderne Schmerztherapie enorm bereichert. Denn das Verfahren kommt ohne Spritzen oder Medikamente aus und hat eine hohe Erfolgsquote, wie zahlreiche Studien belegen. Sogar hartnäckige Krankheitsbilder, z. B. ein Fersensporn, eine Kalkschulter oder Sehnenansatzentzündungen, lassen sich gut mit Stoßwellen behandeln – und so innerhalb kurzer Zeit dauerhaft beseitigen.

Von Dr. Nicole Schaezler

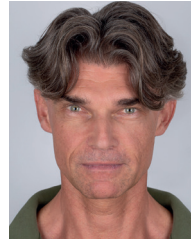
**S**ehnenansatzschmerzen sind weit verbreitet und können durch eine einmalige oder sich wiederholende Überlastung entstehen. In diesem Bereich des Gewebes ist die Durchblutung gering, sodass die Selbstheilungskräfte limitiert sind und Entzündungen zur Chronifizierung neigen. Häufige Beispiele sind der Tennis-, Golfer- oder Mausarm. Aber auch andere Körperpartien, an denen Sehnen in den Knochen einstrahlen, können von chronisch-entzündlichen Prozessen betroffen sein, etwa die Schulter (Kalkschulter, Sehnenansatzreizung), Hüfte (im Leistenbereich oder seitlich), das Kniegelenk (seitlich oder an der Kniescheibenspitze) oder die Ferse (Achillessehne, Fersensporn). Im akuten Stadium verursachen sie meist starke Schmerzen; dabei ist der Druckschmerz im betroffenen Sehnenansatzbereich in der Regel der entscheidende Hinweis für die Diagnose.

Nicht immer gelingt es, die ursächliche Entzündung mit konservativen Behandlungsmethoden in den Griff zu bekommen und eine Heilung zu erzielen. Die Folge: Die Schmerzen werden chronisch, und die Bewegungen, an denen Knochen bzw. Gelenk und Sehne direkt beteiligt sind, sind eingeschränkt oder werden sogar unmöglich. Spätestens dann, wenn Maßnahmen wie Medikamente, Spritzen oder eine Physiotherapie keine nachhaltige Linderung mehr bewirken und die Beschwerden zum Dauerzustand werden, kam lange Zeit oft nur noch eine Operation infrage.

Hier hat sich die Stoßwellentherapie als risikoarme, effektive Alternative bewährt: Mit ihr kann in vielen Fällen rasch eine dauerhafte Beschwerdefreiheit erreicht werden.

## Das Interview zum Thema

TOPFIT sprach mit dem Münchner Facharzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin und Sportmedizin Dr. med. Wolfram Reisner, der deutschlandweit zu den Spezialisten für nicht-operative Behandlungen mit Schwerpunkt Stoßwellentherapie gehört. Im Orthopädie Zentrum Schützenstraße (OZS) leitet er das Zentrum für Physikalische und Rehabilitative Medizin und Stoßwellentherapie. Als Ausbilder und Referent für Stoßwellentherapie gibt Dr. Reisner sein Wissen seit 20 Jahren in Workshops, Kursen und Vorträgen an Kollegen weiter und hat so wesentlich zur Etablierung des Verfahrens in Deutschland beigetragen.



**Herr Dr. Reisner, mit über 30.000 durchgeführten Behandlungen gehören Sie zu den Pionieren in der Anwendung der Stoßwellentherapie. Was genau sind Stoßwellen?**

**Dr. Reisner:** Stoßwellen sind Schalldruckwellen, die, ohne die Haut zu verletzen, tief ins Gewebe eindringen und Verklebungen, Vernarbungen, Verwachsungen, Verkalkungen und Verkrampfungen auflösen können. Hierfür werden sie mittels eines Schallkopfes von außen direkt auf die zu behandelnde Körperstelle gerichtet. Auf diese Weise wirken sie punktgenau dort, wo sich Schmerzzentrum bzw. Schmerzursache befinden. Dabei beruhigen die Stoßwellen zum einen die schmerzleitenden Nerven, zum anderen regen sie die körpereigenen Reparaturmechanismen an. Der Effekt: Die Schmerzen lassen meist spürbar nach, Entzündungsprozesse klingen ab, vorhandene Kalkansammlungen werden abgebaut, das Gewebe kann sich regenerieren.

**Was sind die Vorteile des Verfahrens?**

**Dr. Reisner:** Vor allem ist die Stoßwellentherapie eine äußerst komplikationsarme Behandlung, die sich durch eine hohe Erfolgsrate auszeichnet: Je nach Art der Erkrankung liegt sie zwischen 50 und 90 Prozent. Dabei tritt oft schon nach der ersten Therapiesitzung eine deutliche Schmerzlinderung ein, nach drei Behandlungen kann meist eine weitgehende Beschwerdefreiheit erreicht werden. Dies ist umso bemerkenswerter, weil die Stoßwellentherapie häufig erst dann zur

Anwendung kommt, wenn das jeweilige Krankheitsbild schon längst einen chronischen Verlauf genommen hat und alle anderen Therapiemöglichkeiten ausgeschöpft sind. Fakt ist, dass mit der Stoßwellenbehandlung in vielen Fällen chronisch-schmerzhaft Reizzustände in knochen-nahen Weichteilen, Versteifungen und auch Verkalkungen an Muskel- und Sehnenansätzen erfolgreich behandelt werden können und damit eine Operation vermieden werden kann.

**Bei welchen Krankheitsbildern hat sich die Stoßwellentherapie besonders bewährt?**

**Dr. Reisner:** Zu den wichtigsten Indikationen gehören neben Sehnenansatzentzündungen wie der Tennis-, Golfer- oder Mausarm oder die Kalkschulter auch Achillessehnen-Beschwerden oder Fersenschmerzen als Folge eines Fersensorns. Aber auch beim Patellaspatzsyndrom, Läuferknie oder beim Schienbeinkantensyndrom haben wir gute Erfahrungen mit der Stoßwellentherapie gemacht. Weitere Einsatzgebiete sind schlecht heilende Knochenbrüche und tief liegende schmerzhaft Muskelverhärtungen und -verspannungen, sogenannte Trigger.

**Wie entstehen Trigger?**

**Dr. Reisner:** Trigger sind schmerzhaft Knoten im Gewebe. Typisch ist für sie, dass die Schmerzen ausstrahlen. Jeder Mensch hat Trigger. Diese werden durch äußere Einflüsse aktiviert. Die Auslöser sind in der **4-P-Regel** definiert: **pain** (Allgemeinschmerz), **physikalisch** (Kälte, Zugluft, Nässe), **physisch** (Zwangshaltung am Arbeitsplatz, Bewegungsmangel, körperliche Überlastung, Unfall) und **psychisch** (Stress, Ärger im Beruf oder Privatleben etc.). Aktive Muskeltrigger sind schmerzhaft, führen zur Bewegungseinschränkung und können eine Ausstrahlung des Schmerzes, etwa in Arm oder Bein, bewirken.

**Wie läuft eine Behandlung mit Stoßwellen ab?**

**Dr. Reisner:** Die Stoßwellentherapie wird ambulant in der Praxis ohne Lokalanästhesie durchgeführt. Mit Hilfe einer Ultraschalluntersuchung kann die zu behandelnde Region, z. B. wenn eine Verkalkung vorliegt, genauer dargestellt werden. Für die Behandlung selbst wird die schmerzende Stelle zunächst mit einem Kontaktgel bestrichen. Dann wird der Stoßwellenkopf von außen ca. 10 Minuten unblutig durch die Haut auf den Reizpunkt gerichtet. Die einwirkenden Schallwellen sind sehr fein dosiert, sodass sie der individuellen Schmerzempfindlichkeit des Patienten jederzeit angepasst werden können. Anschließend kann der Patient wieder nach Hause gehen – eine Ruhigstellung der behandelten Körperpartien ist nicht notwendig. Allerdings empfehle ich meinen Patienten, zusätzlich eine Physiotherapie durchzuführen – damit Muskeln, Sehnen und Bänder durch spezielle Dehnungsübungen wieder die nötige Flexibilität erhalten.

Nähere Infos unter: [www.ortho-ozs.de](http://www.ortho-ozs.de)  
[www.stosswellentherapie.info](http://www.stosswellentherapie.info)  
Tel. 089/552511-0