



Mehr als Schmerzen im Rücken - GBE-Heft „Rückenschmerzen“ erschienen 28.11.2012

Das neue Heft der Gesundheitsberichterstattung (GBE) des Bundes befasst sich mit dem Thema Rückenschmerzen. Rückenschmerzen sind in Deutschland und vergleichbaren Ländern eine sehr häufige Gesundheitsstörung. Schwerpunkt des GBE-Themenhefts sind die (nicht-spezifischen) tiefsitzenden Rückenschmerzen, die auch als Kreuzschmerzen bezeichnet werden. Das 53. GBE-Themenheft gibt auf 29 Seiten einen Überblick zu Krankheitsbildern, Diagnostik, Risikofaktoren, Verlauf, Verbreitung, Folgen, Therapie, Versorgungssituation und Prävention.

Frauen sind von Rückenschmerzen häufiger betroffen als Männer. Bei beiden Geschlechtern nimmt die Häufigkeit von Rückenschmerzen mit dem Alter zu. Bei der telefonischen Gesundheitsstudie „Gesundheit in Deutschland aktuell“ (GEDA) des Robert Koch-Instituts gaben zum Beispiel 20 Prozent der Frauen im Alter von 18 bis 29 Jahren an, fast täglich über einen Zeitraum von mindestens drei Monaten unter Rückenschmerzen gelitten zu haben. Im Alter von 60 bis 69 Jahren waren es mehr als 40 Prozent der befragten Frauen.

Bei der Mehrzahl aller Rückenschmerz-Patienten lässt sich weder eine umschriebene Krankheit, noch ein krankhafter Prozess oder eine sichere anatomische Quelle als Ursache für den Schmerz finden. Dann spricht man von nicht-spezifischen Rückenschmerzen.

Bei den meisten Patienten mit nicht-spezifischen Rückenschmerzen besteht eine komplexe Problematik. Risikofaktoren können aus sehr unterschiedlichen Quellen entstehen. Ein anerkanntes Risiko ist langjährige und schwere körperliche Arbeit. Eine überwiegend sitzende Tätigkeit scheint dagegen kein nennenswertes Risiko für Rückenschmerzen darzustellen. Auch die arbeitsbezogenen psychosozialen Bedingungen können eine Ursache für Rückenschmerzen sein. Darunter versteht man zum Beispiel eine geringe Arbeitsplatzzufriedenheit, monotone Arbeiten oder Konflikte. Personen mit einem niedrigen Sozialstatus berichten häufiger von Rückenschmerzen als Personen mit einem hohen Status. Zudem zeigt sich, je länger die gesamte Krankengeschichte eines Rückenschmerz-Patienten dauert, umso eher ist mit einem weiter ungünstigen Verlauf zu rechnen. Chronische Rückenschmerzen, die länger als drei Monate anhalten, sind demzufolge immer „mehr als Schmerzen im Rücken“.

Für Diagnostik und Therapieplanung bei Rückenschmerzen kann das „Flaggenmodell“ hilfreich sein, das auf Begleitsymptome, Vorerkrankungen und psychosoziale Risikofaktoren aufmerksam macht. Eine Orientierung bei der Therapieplanung bietet die „Nationale VersorgungsLeitlinie Kreuzschmerz“, von der es auch eine Patientenversion gibt (www.kreuzschmerz.versorgungsleitlinien.de). Invasive Therapien, Injektionen sowie operative Verfahren werden zum Beispiel nicht empfohlen. Körperliche Inaktivität und Schonung sollten vermieden werden, die Betroffenen sollten zur aktiven Mitwirkung an der Behandlung motiviert werden.

Das GBE-Heft „Rückenschmerzen“ kann kostenlos bestellt werden (RKI, GBE, General-Pape-Str. 62, 12101 Berlin, E-Mail: gbe@rki.de, Fax: 030-18754-3513) und ist abrufbar unter www.rki.de/gbe und www.rki.de > Gesundheit A-Z > Rückenschmerzen.

Herausgeber

Robert Koch-Institut
Nordufer 20
D-13353 Berlin
www.rki.de

Das Robert Koch-Institut ist ein Bundesinstitut im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit

Pressestelle

Susanne Glasmacher
(Pressesprecherin)
Günther Dettweiler
(stellv. Pressesprecher)
Claudia Paape
Heidi Golisch

Kontakt

Tel.: 030-18754-2239,
-2562 und -2286
Fax: 030-18754 2265
E-Mail: presse@rki.de