



Sie befinden sich hier: » Märkische Allgemeine » Nachrichten » Wissenschaft » **Wissenschaft aus der MAZ**

05.01.2012

**Hoffnung für den geplagten Rücken**

## Ein bundesweiter Forschungsverbund unter Potsdamer Leitung sucht nach neuen Therapieformen



Übungen für den Rücken...

**POTSDAM** - Wer schon einmal längere Zeit Probleme mit seinem Rücken hatte, befindet sich in bester Gesellschaft. Rund 90 Prozent aller Menschen werden irgendwann einmal von chronischen Rückenschmerzen geplagt, weiß der Leiter der Hochschulambulanz der Universität Potsdam, der Orthopäde Frank Mayer. Selbst 70 Prozent der Sportler, mit denen Mayer zu tun hat, kennen das Problem. Dass aber aktive Sportler deutlich weniger belastet sind, ist für den Potsdamer Professor ein wertvoller Hinweis. „Der aktuelle Forschungsstand ist der, dass bei unspezifischen chronischen Rückenschmerzen Bewegung eine der effektivsten Formen der Therapie ist“, sagt Mayer. Genauer soll jetzt ein beim

Bundesinstitut für Sportwissenschaft (BISp) angesiedeltes bundesweites Forschungsprojekt „Rückenschmerz“ herausfinden. 14 Institute in ganz Deutschland sowie ausgewählte Olympiastützpunkte schauen sich bis Ende 2014 die Rückenproblematik an und studieren die Wirkung verschiedener Maßnahmen. Der Bund fördert das große Unternehmen mit 5,3 Millionen Euro. Die Koordinierung des Großvorhabens liegt in den Händen von Frank Mayer. Schon Ende 2013 möchte er erste Ergebnisse vorlegen.

„Man weiß zwar, dass körperliche Aktivität funktioniert, man weiß aber nicht genau, welche Art von Bewegung sinnvoll ist und wie sie dosiert werden müsste“, beschreibt Mayer das Forschungsinteresse. Hilfe bei der Diagnose von Problemen und Präzisierung der therapeutischen Maßnahmen seien zwei der wichtigsten Ziele des Verbunds, so Mayer.

Schon seit 2006 erforscht das Mitglied des Wissenschaftsrates der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention den Einfluss von Sport und Bewegung auf das körperliche Wohlbefinden. In den Trainingshallen der Universität und des Olympiastützpunktes lässt Mayer Sportler zum Beispiel auf unebenen Flächen trainieren und untersucht, wie sich das auf Körperhaltung und Befinden auswirkt. Solche Ansätze werden jetzt auf das Problem des Rückenschmerzes ausgerichtet. „Wir wollen zum Beispiel Bewegungen gezielt stören und untersuchen, wie dadurch die Wirbelsäule stabilisiert werden kann.“ Ein breites Datenmaterial will die Hochschulambulanz unter anderem zusammen mit dem Centrum für Sportwissenschaft und Sportmedizin in Berlin und dem Universitätsklinikum Heidelberg sammeln.

Weiterhin werden in einer über Jahre dauernden Längsschnittstudie Institute testen, wie sich unterschiedliche Faktoren bei einer Bewegung auf das Befinden der Patienten auswirken. Ganz wichtig bei den Studien ist auch die unterschiedliche Wahrnehmung von Schmerzen und die individuelle Empfindlichkeit der Patienten. Insgesamt 13 Projekte sollen ein breites Bild über das Phänomen Rückenschmerz und seine Therapierbarkeit liefern.

Einen Beitrag aus Sicht der Biomechanik liefert der Ingenieur Antonius Rohlmann vom Julius-Wolff-Institut der Berliner Charité. Er will mittels Computersimulationen Muskeln aufspindeln, die etwa aufgrund ihrer Schwäche für Rückenschmerzen verantwortlich sein könnten. „Die Muskelkräfte am Computer zu simulieren ist ziemlich neu“, sagt Rohlmann, der aber schon gute Erfahrungen mit Simulationen etwa für die Bandscheiben machte. Er hofft, schon in einem Jahr erste Ergebnisse vorlegen zu können.

Auch wenn fast jeder einmal im Leben mit dem Problem konfrontiert werde, für ein unabwendbares Schicksal halten Mayer und seine Kollegen den Rückenschmerz nicht. Sie vermuten, dass es sich dabei doch auch um eine zivilisationsbedingte Erkrankung handelt: „Langes Sitzen und längere monotone Körperhaltungen sind sicher ein wichtiger Faktor“, so Mayer. Sport im Fitness-Studio sei auf jeden Fall eine Hilfe. Allerdings vermisst Mayer die meist fehlende medizinische Begleitung. Genauere Anleitungen auf der Grundlage aktueller Forschungsergebnisse dürfen wir jedenfalls in knapp zwei Jahren erwarten. (Von Rüdiger Braun)



Ihre Meinung ist gefragt!