

BISp – Projekt Rückenschmerz 2/2013

Newsletter **RAN RÜCKEN**

Zahl des Rückens
80%

der Rückenschmerz-
patienten leiden an
unspezifischen Rücken-
schmerzen.

3 FRAGEN 3 ANTWORTEN



Quelle: Universität Frankfurt am Main

Als ehemaliger Mannschaftsarzt des deutschen Davis-Cup Teams weiß Prof. Dr. med. Dr. phil. Winfried Banzer, dass auch Tennisprofis oft unter Rückenschmerzen leiden. Im Interview erzählt der Leiter der Abteilung Sportmedizin an der Goethe-Universität Frankfurt am Main von seinem Beitrag für das Projekt „Rückenschmerz“ und der Bedeutung seiner Arbeit für Spitzensportler.

RR: Was sind die Schwerpunkte und Ziele Ihrer Forschung?

WB: Unser Fokus liegt auf der Erforschung unspezifischer Beschwerden der Halswirbelsäule. Unser primäres Ziel ist es, das Bewegungsverhalten der Halswirbelsäule bei Patienten mit unterschiedlichen Nackenschmerzen einzuordnen und zu bewerten. Anhand dieser Analysen und mithilfe von Störreizen versuchen wir, Bewegungsmuster der Halswirbelsäule zu identifizieren, die für bestimmte Krankheitsbilder typisch sind. Diese Muster erlauben Rückschlüsse auf mögliche Störungen neuromuskulärer Abläufe.

RR: Wie gehen Sie dabei methodisch vor?

WB: Alle Studienteilnehmer durchlaufen standardisierte, ultraschallbasierte 3D-Bewegungsanalysen, bei denen wir Daten des Bewegungsverhaltens der Halswirbelsäule erheben. Im Anschluss klassifizieren wir alle erfassten Daten

der gesunden Probanden nach Alter und Geschlecht. Mithilfe dieser Ergebnisse können wir das Bewegungsverhalten der Nackenschmerzpatienten einschätzen. Zudem indizieren wir dank standardisierter Tests muskuläre Ermüdung und bestimmen deren Einfluss auf das Bewegungsverhalten.

RR: Welche Bedeutung haben Ihre Ergebnisse für die medizinische Versorgung von Spitzensportlern?

WB: Immer mehr Spitzenathleten leiden unter Nackenschmerzen. Aufgrund von uneinheitlicher Ursachenklärung und mangelnden Zuordnungskriterien war es bisher schwierig, Nackenschmerzen genau zu klassifizieren und entsprechend zu behandeln. Unsere Ansätze bilden deshalb eine Basis für weitere sportartspezifische Untersuchungen und gezielte Präventionsmaßnahmen.

PROJEKT-NEWS

Patientenverhalten im Fokus

Die beste therapeutische Empfehlung hilft nichts, wenn Patienten sie nicht nutzen! Unter der Leitung von Prof. Dr. Ralf Brand ist über die Potsdamer Sportpsychologie deshalb eine RCT-Studie mit der Entwicklung eines Praxistools zur Verbesserung der volitionalen Verhaltenskomponenten in der Rückenschmerztherapie für das Heimtraining im Sport- und Gesundheitspark Berlin ange laufen.

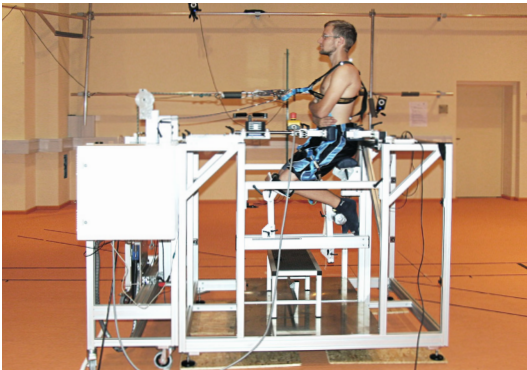
Sport und Schmerz

In einer neuen Studie beschäftigt sich die Arbeitsgruppe von Prof. Dr. Marcus Schiltenswolk von der Universitätsklinik Heidelberg mit dem Verhältnis von Sport und Schmerz. Die Forscher vergleichen das Schmerzempfinden von Leistungssportlern mit dem chronischer Schmerzpatienten mit Hilfe einer quantitativen sensorischen Testung. Im Mittelpunkt steht der Einfluss von Sport auf Sensibilisierungen und Reizschwellen bei Rückenpatienten.

„Rückenschmerz“ auf dem 44. Sportärztekongress

Über 60 Sitzungen erwarten die Teilnehmer des 44. Sportärztekongresses in Frankfurt am Main. Der zweitägige Kongress beginnt am 6. September. Tags zuvor präsentiert Projektleiter Prof. Dr. Frank Mayer von der Universität Potsdam das Projekt „Rückenschmerz“ im Rahmen einer Pressekonferenz. Weitere Informationen finden Sie in Kürze hier: www.dgsp.de/kongress/presse.php

Spannendes Muskelspiel



Berliner Forscher sind den Schwächen der Rumpfmuskulatur auf der Spur. Quelle: HU Berlin

Berliner Forscher sind den Schwächen der Rumpfmuskulatur auf der Spur

Im Mittelpunkt der Studie an der Humboldt-Universität zu Berlin steht die Bedeutung der neuromuskulären Kontrolle zur Stabilisierung des Rumpfes. Prof. Dr. Adamantios Arampatzis und sein Team nehmen an, dass die muskuläre Kapazität und insbesondere die neuromuskuläre Koordination der Rumpfmuskulatur ent-

scheidend sind. Mit einem eigens entwickelten Versuchsstand prüft die Arbeitsgruppe daher bei Probanden und Spitzensportlern mit und ohne Rückenbeschwerden die Fähigkeit, Störreize (Perturbationsreize) auf den Rumpf angemessen und zeitnah zu kompensieren.

Drei Trainingsinterventionen im Vergleich

Zudem überprüft das Team bei Probanden mit Rückenschmerzen drei verschiedene Trainingsinterventionen. Neben einem klassischen Krafttraining werden Programme, bei denen gezielte, kontinuierliche Instabilitätsreize mit und ohne Biofeedback gesetzt werden, auf ihre Effizienz hin überprüft. Von den Untersuchungen erhoffen sich die Wissenschaftler Kenntnisse über funktionelle Defizite der Rumpfmuskulatur und funktionsgerechter trainingstherapeutischer Interventionen.

Sie möchten an der Studie teilzunehmen? Dann wenden Sie sich per E-Mail an: rueckentraining.spowi@hu-berlin.de.

INTERVIEW

Der Schmerz der Spitzenathleten

Dr. Christian Schneider, leitender Arzt am Rückeninstitut der Schön Klinik München, erklärt, wem Leistungssportler bei Beschwerden vertrauen.



Dr. Christian Schneider Quelle: Schön Klinik München

RR: Sie sind Vorsitzender der Verbandsärzte Deutschland e. V. – was sind Ihre Aufgaben?

CS: In unserem Verein haben sich die Ärzte diverser Sportverbände zusammengeschlossen. Die Verbandsmitglieder betreuen Leistungssportler auf sehr hohem medizinischen Niveau. Unser Ziel ist es, dieses Level zu halten und den Nachwuchs verstärkt auszubilden, um auch künftig eine optimale Betreuung sicherzustellen. Zwar stehen die National- und Olympiamannschaften im Fokus,

die ehrenamtliche Arbeit der Mediziner beginnt aber schon in kleineren Klubs. Darüber hinaus vertritt unser Verein die Interessen der Sportmediziner gegenüber Sport- und Medizinorganisationen. Er bündelt das Know-how seiner Mitglieder und beteiligt sich an wissenschaftlicher Forschung.

RR: Warum unterstützen Sie das BISp-Projekt „Rückenschmerz“?

CS: Als leitender Verbandsarzt des Bob- und Schlittenverbandes betreue ich seit vielen Jahren unsere Athleten. Dabei fiel mir die hohe Zahl an Rückenbehandlungen bis hin zu Operationen auf. Unsere Physiotherapeuten arbeiten ständig mit den Athleten und setzen verschiedene Trainingsprogramme ein, um eine Beschwerdereduktion zu erreichen; inzwischen auch präventiv, um gut durch eine harte Wintersaison zu kommen. So ist es für uns selbstverständlich, dass wir uns am Projekt „Rückenschmerz“ beteiligen. Eine Optimierung und mögliche Vereinheitlichung von Behandlungsstrategien kommt dabei den Spitzenathleten, aber natürlich auch allen anderen Patienten und Trainierenden zugute.

6. - 7. SEPTEMBER, FRANKFURT AM MAIN

44. Deutscher Sportärztekongress
<http://www.dgsp.de/kongress/>

22. - 25. OKTOBER, BERLIN

Deutscher Kongress für Orthopädie und Unfallchirurgie (DKOU 2013)
<http://www.dkou.org/>

23. - 26. OKTOBER, HAMBURG

Deutscher Schmerzkongress
<http://schmerzkongress2013.de/allgemeine-informationen/>

8. - 9. NOVEMBER, SALZBURG

Salzburger Sportphysiosymposium „Core Stability“
<http://spowwww.sbg.ac.at/ssps2013/index.php?id=95>

18. NOVEMBER, BERLIN

VBG Symposium Hochleistungssport
http://www.vbg.de/DE/Header/1_Die_VBG/5_Veranstaltungen/7_Sportsymposium/sportsymposium_node.html

4. - 7. DEZEMBER, FRANKFURT AM MAIN

Deutscher Wirbelsäulenkongress
<http://www.dwg-kongress.de/organisatorisches/>

IMPRESSUM

Herausgeber:

Bundesinstitut für Sportwissenschaft (BISp)
Graurheindorfer Straße 198
53117 Bonn
<http://www.bisp.de>

Redaktion:

BISp, Förderschwerpunkt Rückenschmerz
Tel: +49 228 99 640 9029
E-Mail: ranruecken@bisp.de
<http://www.ranruecken.de>

Gestaltung:

serviceplan berlin gmbh & co. kg