



ISG – schmerzhafte Schaltzentrale des Beckens: Wenn starke Bänder Schwächen zeigen

Von *SI-BONE*

Erstellt am 29 Jun 2015 - 10:26

Als stärkster Bandapparat des gesamten Körpers gilt das Iliosakralgelenk, kurz ISG, welches die hintere Beckengegen fest im Griff hat. Diese zentrale Übergangsstelle und Pufferzone zwischen Wirbelsäule und Beinen hält täglich hohen Belastungen stand. Allerdings kann ein unachtsamer Tritt ins Leere oder ein kurzer Stolperer das stabile Konstrukt ins Wanken bringen. Dabei geraten straffe Bänder, die das wenig bewegliche Gelenk im Becken zusammenhalten, unter enorme Spannung und blockieren. „Patienten beschreiben die plötzlich auftretenden Schmerzen ähnlich wie bei einem Bandscheibenvorfall“, weiß Dr. Peter Sigg, Iliosakralspezialist und Facharzt für Orthopädie und Rheumatologie aus Ravensburg. Obwohl bestimmte Tests das ISG eindeutig als Übeltäter entlarven können, wird jede fünfte Blockade in Deutschland nicht erkannt und fälschlicherweise als Rückenbeschwerde therapiert – mit schlimmen Folgen für Patienten.

Gereizter Brennpunkt

Etwa 60 bis 80 Prozent der Bevölkerung in Deutschland leiden mindestens einmal im Leben an einer ISG-Blockade. „Normalerweise spielen Alter und Geschlecht keine Rolle“, ergänzt Dr. Sigg und betont: „Außer bei Schwangeren. Hier lockern bestimmte Hormone zur Erleichterung des Geburtsvorganges die Bänder. Dadurch kann sich das Darm-Kreuzbein-Gelenk, wie es auch genannt wird, verrenken und zu Beckenschmerzen führen.“ Daneben gelten permanent schlechte Haltung, Beinlängendifferenzen oder sportliche Überbelastung sowie rheumatische Veränderungen ebenfalls als Auslöser. Auch Operationen an Knie- und Hüftgelenk führen zu Fehlbelastungen und durch ein verändertes Gangbild kommt es zu permanenten Reizungen des Gelenkspalts. Leidtragende berichten klassischerweise von tiefsitzenden Schmerzen kurz über dem Gesäß. Zudem treten in vielen Fällen Bewegungseinschränkungen auf, wenn Betroffene beispielsweise beim Treppensteigen ein Bein anziehen oder sich nach vorne beugen. Oftmals legen sich akute Beschwerden von alleine, da der Körper leichte Dysbalancen kompensiert. Doch im Laufe der Zeit unterliegt das ISG den Folgen des permanenten Ungleichgewichts.

Gezielte Maßnahmen

Zunächst versuchen Chiropraktiker akute Schmerzen in den Griff zu bekommen, um schonungsbedingten Fehlhaltungen und somit Folgeerkrankungen vorzubeugen. Einfache Blockaden wie etwa bei einem Verhebetauma führen durch gezielte manuelle Eingriffe am Becken in der Regel zur raschen Linderung. Akupunktur und Wärmetherapie entspannen derweil strapazierte Bänder. Krankengymnastik rundet die Therapie ab, indem sie die Muskulatur kräftigt und die Beweglichkeit fördert. Wie in jedem anderen Gelenk können Schmerzen allerdings auch durch Verschleiß oder Arthrose entstehen. Hier erreichen direkte Injektionen mit entzündungshemmenden Medikamenten unter Röntgenkontrolle gute Erfolge. Doch bei etwa fünf bis zehn Prozent der Betroffenen stellen sich chronische Schmerzen ein. „Hauptgrund ist die fehlerhafte Diagnose und jahrelange Falschbehandlung, sodass selbst konservative Maßnahmen meist keine Wirkung zeigen und operative Eingriffe in Betracht kommen.“ Früher gehörte die Versteifung des beanspruchten Segments mit starren Schraubsystemen zum Behandlungskonzept. „Hier hat sich die Medizin enorm weiterentwickelt“, bestätigt Dr. Sigg. Heutzutage profitieren Patienten von neuartigen iFuse-Implantaten. Aufgrund der porösen Oberflächenstruktur, bekannt aus der Hüftprothetik, verwachsen sie schonender mit dem umliegenden Gewebe. Die dreieckige Form mit Titankern sorgt für sichere Stabilität. Nach einer kurzen Einheilphase von drei Wochen können Patienten ihrem gewohnten Alltag ohne Einschränkung nachgehen. Ein weiterer Vorteil: Krankenkassen übernehmen die Kosten.

Weitere Informationen unter www.si-bone.de oder www.dr-sigg.de

- [Gesundheit und Vorsorge](#)



Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 02:12): <http://medkom24.eu/node/20460>