

## Lendenwirbelsäulensyndrom - LWS-Syndrom



### Krankheitsbild

Die Wirbelsäule besitzt 33-34 Wirbel, wobei die 5 Lendenwirbel (Lumbalwirbel) mit den dazugehörigen Bandscheiben (Distanzscheiben) den unteren Abschnitt der [Wirbelsäule](#) bilden. Die Lendenwirbelsäule ist dabei den größten statischen Belastungen ausgesetzt.

Unter dem Begriff Lendenwirbelsyndrom werden die - meist sehr schmerzhaften - akuten und chronischen Krankheitsbilder in diesem Bereich der Wirbelsäule zusammengefasst: Ischiassyndrom, Bandscheibensyndrom, Bandscheibenvorfall, Lumbago und meist

hochakut der „Hexenschuss“.

Beim **Ischiassyndrom** werden - meist durch Verschleißerscheinungen der Bandscheiben und Wirbelkörper - Nervenwurzeln des Ischiasnervs gereizt. Eine abrupte Bewegung oder das Heben einer schweren Last kann dann den akuten Schmerzanfall in der Lendengegend auslösen; die Schmerzen strahlen in das linke oder rechte Bein aus. Begleitend können Lähmungserscheinungen und Taubheitsgefühle auftreten.

Der **Hexenschuss** (akuter Lumbago) tritt ebenfalls oft nach plötzlichen Bewegungen oder nach dem Heben von schweren Lasten auf, kann aber auch durch Kälte, Nässe oder Zugluft ausgelöst werden. Die Schmerzen können über den [Ischiasnerv](#) in ein Bein, manchmal auch in beide Beine ausstrahlen. Vergehen Schmerz und Steifigkeit nicht nach zwei Wochen, kann der akute Hexenschuss in ein chronisches Stadium übergehen.

Auch der **Bandscheibenvorfall** (Bandscheibenprolaps) ist eine plötzlich auftretende schmerzhafte Erkrankung, die zum Teil mit starken Rückenschmerzen sowie mit Lähmungen und Sensibilitätsstörungen verbunden sein kann. Ausgelöst wird der Bandscheibenvorfall durch das Heben oder Tragen von schweren Lasten. Auch ihm liegt meist ein Verschleiß der Bandscheiben zugrunde.

Die **Bandscheibendegeneration** (Bandscheibenschaden) ist eine Folge der Abnutzung der Zwischenwirbelscheiben. Der Verschleiß führt zu einer zusätzlichen Belastung der Lendenwirbelsäule, wodurch die Beschwerden ausgelöst werden.

Dem Lendenwirbelsyndrom liegen meist Verschleißerscheinungen der Wirbelsäule und der Bandscheiben zugrunde. Dadurch werden Nervenwurzeln gereizt. Die Schmerzen führen zu Verspannungen in den Muskelsträngen und zu Zwangs- und Schonhaltungen. Bewegungsabläufe werden gestört und Wirbelgelenke blockiert. Auch Rückenschmerzen können sich verstärken. Ungünstige, abrupte Bewegungen und hohe Druck-Belastungen (z. B. durch das Heben und Tragen schwerer Lasten) können dann akute Schmerzattacken auslösen. Zur Linderung der Schmerzen ist (Bett-)Ruhe und Wärme angebracht, nach dem Abklingen der akuten Beschwerden ist Krankengymnastik sinnvoll.