

# Wenn der Kopfschmerz im Nacken sitzt

DR. MED. CHRISTOPHER ZURSCHMIEDE,  
SPEZIALIST FÜR ANÄSTHESIOLOGIE UND INTERVENTIONELLE SCHMERZTHERAPIE

Alle Welt spricht vom Rückenweh und meint damit den unteren Wirbelsäulenbereich. Von Nackenschmerzen ist hingegen nur selten die Rede, und wenn, dann vor allem im Zusammenhang mit einem Schleudertrauma. Dabei sind Nackenbeschwerden infolge Abnutzung enorm verbreitet. Man schätzt, dass rund ein Drittel der Bevölkerung in irgendeiner Form davon betroffen ist. Ein Grossteil leidet sogar an Dauerschmerzen, mit massiven Auswirkungen auf die Lebensqualität.

Das Beschwerdebild ist sehr vielfältig. Muskelverspannungen im Nacken- und Schultergürtelbereich, Schmerzausstrahlung und Ameisenlaufen in die Arme, steifer Hals mit Schmerzauslösung bei jeder Bewegung sind typische Symptome. Nicht selten bestehen

## Beschwerden, die vom Nacken ausgehen können

- Nackensteife
- Schmerzhaftes Muskelverspannungen
- Schmerzausstrahlung in Schulter und Arm
- Kribbeln und Einschlafen in den Armen
- Überempfindlichkeit oder Schmerzen bei Berührung
- Ein- oder beidseitige Kopfschmerzattacken (teilweise migräneartig mit Übelkeit, Erbrechen, Sehstörungen)
- Ohrensausen
- Ohrenschmerzen
- Gesichtsschmerzen mit «stechenden Schmerzen hinter dem Auge»
- Schwindel
- Konzentrationsschwäche
- Schlafstörungen
- Rasche Ermüdung

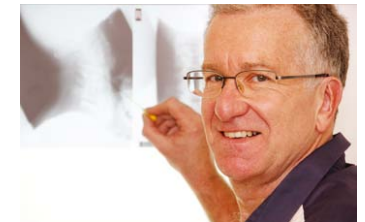


zusätzlich Ohr-, Kopf- und sogar Gesichtsschmerzen sowie Ohrensausen. Die ein- oder beidseitigen Kopfschmerzen können so heftig sein, dass sie – ähnlich wie bei der Migräne – mit Übelkeit, Erbrechen, Schwindel, Lärm- und Sehstörungen einhergehen.

Genau diese Begleitsymptome sind es, die zur Fehldiagnose «Migräne» verleiten können, und zu einer entsprechend falschen Therapie. Dabei liegt der wahre Grund für die Kopfschmerzen häufig im Nacken. Leider wird der Halswirbelsäule und dem Kiefergelenk als mögliche Ursache von Kopfschmerzen viel zu wenig Beachtung geschenkt. Abnutzungsprozesse und Verletzungen der Halswirbelsäule lösen wegen der komplexen Nervenverbindungen zum Rückenmark und Gehirn eine Kettenreaktion aus, die letztlich in einem Teu-

felskreis endet. Diese Schmerzspirale gilt es zu erkennen und zu stoppen.

Die moderne Schmerzmedizin verfolgt ein gezieltes diagnostisches und therapeutisches Vorgehen und erlaubt so eine wirksame Behandlung. Dazu gehören röntgenkontrollierte Injektionen in die kleinen Wirbelgelenke zur Entzündungshemmung und Nervenblockaden mit lokaler Betäubung oder Strom zur Unterbrechung der Schmerzleitung. Diese sogenannten interventionellen Massnahmen sind unverzichtbare Werkzeuge zur Diagnose und Therapie von Nackenschmerzen.



Meistens sind sie aber nur ein Teil eines Gesamtkonzeptes. Denn nur wenn es gelingt, den Teufelskreis von Schmerz und Verspannung zu durchbrechen, kann sich der Körper langsam erholen. Deshalb müssen Bewegungseinschränkungen der Halswirbelsäule und schmerzhafte Verspannungen sowie Verkürzungen und Verklebungen der Muskulatur zusätzlich manuell gelöst werden. Bei starken Schmerzen oder stark verminderter Beweglichkeit der Halswirbelsäule sind chiropraktische oder physiotherapeutische Behandlungen wegen der Abwehrspannung zum Scheitern verurteilt. Eine schonende Manipulation ist in solchen Fällen erst möglich, wenn die Abwehrreaktion des Patienten durch einen kurzen Tiefschlaf ausgeschaltet wird. Jetzt kann der Chiropraktor ohne Kraftaufwand und Verletzungsgefahr die versteiften Wirbelgelenke mobilisieren und die schmerzhafte Muskulatur dehnen und lockern. Die Kombination von interventioneller Schmerztherapie und schmerzfreier Mobilisation in Narkose ist eine effiziente Methode zur Verbesserung von schmerzhaften Funktionsstörungen der Wirbelsäule. Wichtig sind in jedem Fall chiropraktische Nachbehandlungen sowie ein regelmässiges Übungsprogramm durch den Patienten selber. |

## POLYMEDES® SCHMERZZENTRUM

POLYMEDES-Schmerzzentren sind spezialisiert auf Schmerzdiagnostik und Schmerzbehandlung. Dank enger Vernetzung mit Hausärzten und Fachspezialisten in Kliniken und Praxen kann das gesamte Schmerzspektrum von Beschwerden des Bewegungsapparates bis hin zu Tumorschmerzen abgedeckt werden.

Hardturmstrasse 127	8005 Zürich	0842 62 62 62
Medizinisches Zentrum	5200 Brugg	0842 62 62 62
Ärztelhaus Cristal	7310 Bad Ragaz	081 300 41 81
Spital Altstätten (Sekretariat Medizin)	9450 Altstätten SG	071 757 43 10
Dr. F. Fehr (Chiropraktorin)	6130 Willisau LU	041 971 08 48
Dr. R. Nussbaumer (Chiropraktor)	8302 Kloten ZH	044 881 37 11
Dr. M. Kindle (Chiropraktor)	FL-9491 Ruggell	00423 373 77 73

[www.schmerz-polymedes.ch](http://www.schmerz-polymedes.ch), [www.polymedes.ch](http://www.polymedes.ch)  
[info@polymedes.ch](mailto:info@polymedes.ch), [info.badragaz@polymedes.ch](mailto:info.badragaz@polymedes.ch)