

Wirbelsäule / Rücken / Nacken

Wurzelreizsyndrom

Elektrotherapie

Bei dieser Methode werden Elektroden auf die Haut der schmerzenden Areale geklebt, durch die dann schwache elektrischer Gleichstromimpulse geleitet werden. Dieser Stromreiz sorgt dafür, dass sich die Muskulatur entspannt, gleichzeitig schüttet der Körper Endorphine aus, die die Schmerzweiterleitung blockieren. Es gibt verschiedene Varianten der Elektrotherapie. Für zuhause und unterwegs gibt es so genannte kleine TENS-Geräte (Transkutane Elektrische Nerven-Stimulation). Bei dem so genannten Stangerbad sitzt man in einer Badewanne mit Elektroden im warmen Wasser, durch das schwacher Strom geleitet wird. Das Ganze bewirkt eine Durchblutungssteigerung um rund 500 Prozent. Die ökonomische, weil wassersparende Variante des Stangerbades heißt Vierzellenbad. Dabei liegen nur beide Arme und beide Beine in einzelnen Wannen mit Stromimpulsen. Die Wirkung ist in etwa die selbe. Die Elektrotherapie sollte nicht bei Patienten mit Herzschrittmacher oder schweren Herzproblemen angewendet werden.