

Viele Operationen an der Wirbelsäule sind unnötig

Davon ist Dr. med. Martin Marianowicz, Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie und Sportmedizin sowie Gründer und Leiter des interdisziplinären Zentrums für Diagnose und Therapie in München-Bogenhausen, überzeugt. Mit seiner über 30-jährigen Berufserfahrung ist Marianowicz einer der renommiertesten Rückenspezialisten Europas und Wegbereiter der orthopädischen Schmerztherapie sowie der minimalinvasiven Wirbelsäulen- und Bandscheibenbehandlung. Seine Maxime: maximale Heilwirkung bei minimalem Eingriff. In einem Interview mit dem „Wirtschaftskurier“ erläutert Marianowicz, wie sich Operationen vermeiden lassen, und erklärt seine Philosophie einer modernen Medizin.

Wirtschaftskurier: Herr Dr. Marianowicz, Sie behaupten, dass die meisten Wirbelsäulen-Operationen unnötig sind. Warum?

Martin Marianowicz: Ich rate meinen Patienten zu einer konservativen Behandlung, wenn



Gut zu erkennen: Die Bandscheibe ist verantwortlich für die Rückenschmerzen. Für einen gesunden Rücken sind laut Dr. med. Martin Marianowicz drei Dinge wichtig: Bewegung, Ernährung und Entspannung.

sie etwa Rückenbeschwerden haben: Nicht ohne Grund klingen 90 Prozent aller Schmerzen durch Bandscheibenvorfälle und Ähnliches mit einer konservativen Therapie innerhalb von sechs bis zwölf Wochen von ganz allein ab. Das wissen geschäftstüchtige Operateure natürlich auch – und beileben sich dann oft mit dem Eingriff. Sie zeigen ihren Patienten Röntgenbilder und drängen zur OP. Würde der Kranke von

allein gesund, verdient die Klinik ja nichts.

Doch was bedeutet das nun genau für Patienten mit Rückenschmerzen?

Ich rate zu gesundem Menschenverstand – und Selbstbewusstsein! Stimmen Sie nur dann einer OP zu, wenn alle konservativen Behandlungsmethoden ausgeschöpft sind. Und wenn Sie mit Ihren Schmerzen nicht mehr le-



Fotos: Marianowicz; Shutterstock



Wir machen Bayern ...

e-mobil

Damit auch Bayerns Regionen Fahrt aufnehmen können, braucht es eine flächendeckende Ladeinfrastruktur. Für Unternehmen, Privatpersonen und Kommunen sind wir der fachkundige Partner: von der Ladesäule über die Wartung bis zur Abrechnung. Wir beraten Sie gerne!

www.bayernwerk.de/elektromobilitaet

bayernwerk

ben können, dann ist ein Eingriff segensreich. Gehen Sie aber zuvor noch zu einem anderen Arzt: Das Recht auf eine „Zweitmeinung“ haben Patienten bei vielen planbaren Eingriffen.

Wir Ärzte im Marianowicz Zentrum behandeln keine Röntgenbilder, sondern Menschen. Wir wissen, dass eine wieder eintretende Schmerzfremheit völlig unabhängig von einer Veränderung im Bild ist, es macht also schlichtweg keinen Sinn, immer nur ein Bild verbessern zu wollen. Nicht ohne Grund kehren 40 Prozent der Patienten nach einer Rückenoperation innerhalb eines Jahres wieder in die Therapie zurück.

Dennoch steigen die OP-Zahlen ...?

Das größte Problem ist unser Gesundheitssystem, das dem Kassenarzt kaum eine Wahl lässt. Er steht unter enormem wirtschaftlichem Druck, da er weniger als 40 Euro im Quartal pro Patienten bekommt – zum Vergleich: Mit einer Operation verdient eine Klinik im Durchschnitt rund 10000 Euro. In einem Quartal hat ein Arzt laut Kassenärztlicher Vereinigung 27 Minuten Zeit für die Behandlung, davon zwölf Minuten für Untersuchungen und Gespräch. Wenn der Patient das dritte Mal im Quartal kommt, schickt der Arzt ihn lieber in die Klinik. Ich habe 35-Jährige gesehen, die in zwei Jahren vier Mal operiert wurden. Dabei können wir den Patienten nachhaltig helfen, wenn wir bei der Behandlung von akuten und chronischen Beschwerden vernetzt und ganzheitlich arbeiten. Eine moderne multimodale Schmerztherapie ist in diesen Fällen erfolversprechend.

Was versteht man unter einer multimodalen Schmerztherapie?



„**Nicht ohne Grund klingen 90 Prozent aller Schmerzen durch Bandscheibenvorfälle und Ähnliches mit einer konservativen Therapie innerhalb von 6 bis 12 Wochen von ganz allein ab.**“

Dr. med. Martin Marianowicz, Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie und Sportmedizin

So wird die gleichzeitige, inhaltlich, zeitlich und in der Vorgehensweise aufeinander abgestimmte umfassende Behandlung von Patienten mit chronifizierten Schmerzsyndromen bezeichnet. Es werden verschiedene somatische, körperlich übende und psychotherapeutische Verfahren verknüpft. Dabei gibt es einen auf den Patienten individuell erstellten Behandlungsplan, mit einem unter den Therapeuten abgesprochenen Therapieziel: der Linderung von Schmerzen, aber auch Verbesserung der durch Schmerz eingeschränkten körperlichen Beweglichkeit. Viele hartnäckige Fälle von Rückenproblemen lassen sich im Team lösen, und dazu gehören Physiotherapeuten, Sportwissenschaftler, aber auch Psychologen und Experten alternativer Heilmethoden.

Was möchten Sie unseren Lesern für einen gesunden Rücken auf den Weg geben?

Eigentlich sind es nur drei entscheidende Elemente: Bewegung, Ernährung und Entspannung. Besonders wichtig ist natürlich die Bewegung: Für das Büro hilft es schon einmal enorm, wenn möglich alle 60 Minuten vom Schreibtisch aufzustehen und Dehnübungen zu machen. Platzieren Sie den Drucker so, dass man dafür ein paar Schritte gehen muss. Als sportliche Aktivitäten empfehlen sich Walking, Radeln oder Schwimmen. Doch auch die Ernährung sollte keineswegs vernachlässigt werden. Kurz formuliert: Ausgewogen sollte sie sein. Vermeiden Sie zudem größeres Übergewicht, denn jedes Kilo muss getragen werden. Und last but not least sollten Sie auch auf ausreichend Entspannung achten. Hier bieten sich zahlreiche Übungen an. Ihr Rücken wird es Ihnen danken!