

Herr Doktor, was verbirgt sich hinterm **ISG-Syndrom**?

ORTHOPÄDIE-SPRECHSTUNDE

FOLGE 49

Dr. Eiko Vogt
FA für Orthopädie und Unfallchirurgie, München, Mitglied im Deutschen Orthopädie Netzwerk (DON)



Sie haben Fragen zu orthopädischen Erkrankungen? Mehr Informationen finden Sie auf der Seite des Deutschen Orthopädie Netzwerks (DON) www.dononline.de



Oder stellen Sie uns Ihre Fragen per E-Mail an info@dononline.de

Plötzlich ist da dieser fiese Schmerz im unteren Rücken. Er fährt einseitig bis ins Gesäß hinein oder zieht sich sogar bis in den Unterschenkel hinunter! Drehbewegungen werden jetzt zur Qual. Ist das etwa ein Bandscheibenvorfall? Nein! Der Übeltäter ist das Kreuz-Darm-Gelenk, das sogenannte Iliosakralgelenk (ISG). Es besteht aus zwei Gelenken und verbindet Wirbelsäule und Beckenschaukel (siehe rechts). Dr. med. Eiko Vogt aus München, Mitglied im Deutschen Orthopädie Netzwerk (DON), erklärt, was Abhilfe schafft.

Welche Funktion haben diese Gelenke?

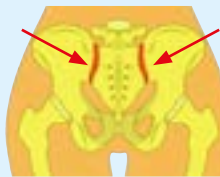
„Diese beiden Gelenke sind wichtig für die Kraftübertragung vom Oberkörper auf die Beine. Sie ermöglichen mit den aufrechten Gang und federn zudem Stöße ab.“

Warum kommt es zu den Beschwerden?

„Dafür gibt es verschiedene Gründe, etwa eine Blockade in einem Iliosakralgelenk. Das passiert, wenn sich die beiden Gelenkflächen verkanten, etwa nach einer ruckartigen Bewegung. Daneben löst Gelenkverschleiß im ISG, also Arthrose, die Beschwerden aus. Es kommt durch Knorpelabnutzung zu Schmerzen, oft ausgelöst oder verstärkt durch

Doppelseitig

Im Becken sind zwei Iliosakralgelenke (rot). Jedes dieser Gelenke hat jeweils zwei Gelenkflächen



entzündliche Prozesse. Dadurch liegen die Gelenkflächen auch viel enger aneinander. Auch kann es an kleinen Gelenkwirbeln der Wirbelsäule (Facettengelenke) zur Arthrose kommen. Eine aktivierte Facettengelenksarthrose kann Bewegungseinschränkungen und Steifheit verursachen. Außerdem kann es durch die Entzündung und den Verschleiß zur

zunehmenden Unbeweglichkeit kommen.“

ISG-Arthrose: Hilft die Doppelkammerspritze?

„Manuelle Therapien und Physiotherapie werden zur Entlastung des Gelenks eingesetzt, etwa bei Blockaden. Wichtig ist, dass Betroffene trotz der Beschwerden weiter aktiv bleiben. Sind die Schmerzen sehr stark oder andauernd, sollte geklärt werden, ob eine Arthrose vorliegt – das lässt sich nur im MRT erkennen. Dann kann der Arzt zwei verschiedene Gele ins ISG spritzen. Beide zusammen versorgen den angegriffenen Knorpel gut mit allen notwendigen Nährstoffen. Diese patentierte Zwei-Komponenten-Therapie (Renehavis, PZN 10270367, 248 Euro zzgl. Arztkosten; in zertifizierten Arztpraxen) verlangsamt nicht nur das Fortschreiten der Arthrose, sondern kann sie sogar ganz stoppen.“



Die Iliosakralgelenke können z. B. nach Schwangerschaften Probleme bereiten