

Rückenschmerzen

Geschrieben von [medinout Redaktion - LEXIKON](#) am 22.01.2016

URL: <https://medinout.com/rueckenschmerzen/>

Der Beschwerdekomples **Rückenschmerzen** umfasst unabhängig von deren Ursachen alle Schmerzen im Bereich des Rückens. Dabei wird unterschieden zwischen:

Unspezifischen Beschwerden:

- Schmerzen der Halswirbelsäule, auch bezeichnet als Nackenschmerzen, **Cervicalgie**, **Zervikalneuralgie** oder "HWS-Syndrom" sowie **Pannikulitis** und **Radikulopathie** in der Nacken- und Rückenregion.
Ausstrahlenden Schmerzen der HWS heißen **Brachialgie** oder **Cervicobrachialgie**.
- Schmerzen im Bereich der Brustwirbelsäule, auch bezeichnet als unspezifische Rückenschmerzen, **Dorsalgie** oder "BWS-Syndrom".
- Schmerzen im Bereich der Lendenwirbelsäule, auch bezeichnet als Kreuzschmerzen, **Lumbalgie/Lumbago** oder "LWS-Syndrom". Betroffen ist dabei der Bereich zwischen Rippenansatz und Hüfte.
Ausstrahlende Schmerzen der LWS heißen **Ischialgie** oder **Lumboischialgie**. Die Ausstrahlung zieht dabei meist in das Gesäß, das Bein und auch in den vorderen Unterleib.
- Plötzlich auftretende, stechende Schmerzen in der Lendenwirbelsäule werden als **Hexenschuss** bezeichnet, welche durch Reizung der sensiblen Innervation der Wirbelsäule ausgelöst werden, d. h. der Nerven, welche die Wirbelsäule selbst versorgen – also nicht durch Kompression der aus der Wirbelsäule austretenden Spinalnerven, die den übrigen Körper versorgen.

Spezifischen Beschwerden:

- **Spondylarthrose**, auch bezeichnet als degeneratives (verschleißbedingtes) **Facettensyndrom**
- **Spinalkanalstenose** und **Wurzelkompressionssyndrom**
- **Akuter Bandscheibenvorfall**
- **Knochenbruch**
- **Osteoporose**
- **Bechterew-Erkrankung**
- **Cranio-Mandibuläre-Dysfunktion CMD**

In der Schulmedizin unterscheidet man zwischen akuten und chronischen Rückenschmerzen.

- **Akute Rückenschmerzen**: weniger als 6 Wochen
- **Subakute Rückenschmerzen**: 6 bis 12 Wochen
- **Chronische Rückenschmerzen**: mehr als 12 Wochen

Rückenschmerzen sind zu 85% auf Muskelverspannungen und **Triggerpunkte** zurückzuführen und meist auch mit Bewegungseinschränkungen verbunden. Auch verdichtete **Faszien** (Bindegewebszüge) führen dabei nach neuesten Erkenntnissen zu muskelverspannenden Reizzuständen.

Dabei spielen einerseits körperliche Faktoren eine maßgebliche Rolle, wie zum Beispiel eine schwache Rumpfmuskulatur durch Bewegungsmangel, berufsbedingte Fehlbelastungen (sitzen, einseitige Tätigkeiten...) chron. Muskelverspannungen in Verbindung mit Unfällen (z.B. *Schleudertrauma*), belastende Sportarten, unbequeme Möbel (Couch, Matratze, Kissen) oder Verschleißerscheinungen an der Wirbelsäule.

Andererseits können vor allem bei chronischen Beschwerden auch psychische Belastungen wie Stress am Arbeitsplatz, Unzufriedenheit und Ängstlichkeit oder Erkrankungen wie Depression mit Rückenschmerzen verbunden sein.

Weitere erwähnenswerte Ursachen sind auch **Borreliose**, **Parasiten** und **Fibromyalgie**.