

## Bandscheibenvorfall: Das Wichtigste auf einen Blick

- ✓ **Von einem Bandscheibenvorfall spricht man, wenn sich Bandscheibengewebe löst und zwischen den Wirbeln der Wirbelsäule austritt.**
- ✓ Schätzungsweise haben etwa 1-5% aller Menschen in ihrem Leben Kreuzschmerzen, die von einem Bandscheibenvorfall stammen.
- ✓ **Ab der Altersgruppe 30+ steigt das Risiko eines Bandscheibenvorfall signifikant. Zudem ist der Befund bei Männern doppelt so häufig wie bei Frauen.**
- ✓ Die meisten Bandscheibenvorfälle sind eine Folge von Verschleißerscheinungen, jedoch können sie auch durch Unfälle auftreten.
- ✓ **Meistens treten Bandscheibenvorfälle in der Lendenregion auf, sie können jedoch auch in der Brust- und Halswirbelsäule vorkommen.**
- ✓ Nicht jeder Bandscheibenvorfall verursacht Schmerzen. Der Schmerz entsteht erst dann, wenn das ausgetretene Gewebe auf die Nervenwurzeln drückt. Der häufigste Befund ist dabei ein eingeklemmter Ischiasnerv.
- ✓ **Bei einem Bandscheibenvorfall kommt es häufig vor, dass die Schmerzen über die Beine bis in die Füße bzw. bei einem Bandscheibenvorfall der Halsregion, in die Arme und Hände ausstrahlen.**
- ✓ Die meisten Bandscheibenvorfälle können durch eine konservative Therapie behandelt werden.
- ✓ **Sollte eine konservative Therapie innerhalb von sechs Wochen keine Wirkung zeigen, gilt es als unwahrscheinlich, dass die Schmerzen ohne Operation verschwinden.**
- ✓ Sollte durch einen Bandscheibenvorfall die Blasen- und Darmfunktion gestört sein, wird eine sofortige Behandlung empfohlen. Dies wird als Kaudasyndrom bezeichnet und stellt einen medizinischen Notfall dar.