

# FORSCHUNG medizin

## Rückenschmerzen



**Eine effektive Behandlungsmethode ist durchblutungsfördernde Tiefenwärme – ratsam ist ihr frühzeitiger Einsatz.**

**Studien** – Rückenschmerzen liegen selten ernsthafte Ursachen (z. B. Bandscheibenvorfall) zugrunde. Zu 90 Prozent sind sie verspannungsbedingt. Durch Überanstrengung, einseitige Haltung, Überlastungen, muskuläre Defizite oder äußere Einflüsse wie beispielsweise Kälte und Feuchtigkeit ist der Muskeltonus dauerhaft verstärkt, was zu einer mangelnden Sauerstoffversorgung des Muskelgewebes führt. Damit gerät der Gewebestoffwechsel aus seinem natürlichen Gleichgewicht und ein Teufelskreis wird in Gang gesetzt: Muskeln unter Dauerspannung verursachen Schmerzen und verkrampfen sich aus diesem Grund immer weiter, ebenso die umgebenden Gefäße. Dadurch verschlechtert sich der Blutfluss noch mehr, was wiederum mit einem Sauerstoffmangel des Muskelgewebes und Schmerzen einhergeht. Hält dieser Zustand an, steigt das Risiko der Chronifizierung. Das Gewebe des betroffenen verspannten Muskel-

bereichs kann sich dann verändern, muskuläre Triggerpunkte entstehen. Diese lokal begrenzten Veränderungen bilden sich besonders oft im Bereich von Schultern und oberem Rücken. Obwohl sie im MRT und Ultraschall darstellbar sind, ist bislang nicht genau bekannt, wie diese aussehen. Fest steht hingegen, dass sich infolge dieses lokalen Gewebeumbaus auch die Reizstruktur ändert. Falsche Impulse feuern auf die Nerven und erschweren dadurch die Therapie. Deshalb raten Experten, bereits bei den ersten Verspannungsanzeichen aktiv zu werden. In einer frühen Phase genügt es meist, die allgemeine Versorgung des Gewebes zu verbessern, um den Schmerz in den Griff zu bekommen. Eine bewährte Therapie ist starke, durchblutungsfördernde Tiefenwärme. Anders als oberflächliche Wärmeanwendungen (z. B. mit Heiz- oder Körnerkissen) fördert eine Wärmecreme die Durchblutung sowohl in der Haut als auch bis tief in die Muskulatur und stößt damit einen Selbstheilungsmechanismus an. Studien der Deutschen Sporthochschule Köln konnten mithilfe der Nahinfrarotspektroskopie (NIRS) zeigen, dass unter der Anwendung der Wirkstoffkombination aus Nonivamid und Nicoboxil nicht nur die Temperatur um mehr als 2 °C steigt und der Blutfluss um mehr als 200 Prozent zunimmt. Zudem erhöht sich die Konzentration der sauerstoffreichen roten Blutkörperchen im Muskel. So kann sich der aus dem Gleichgewicht geratene Stoffwechsel im Gewebe wieder normalisieren, Verspannungen lockern sich, der Schmerz wird bekämpft und damit einer Chronifizierung und der Entstehung von Triggerpunkten entgegengewirkt. ■

### QUELLE

Finalgon® Presse-Lounge  
„Heizt ein – tut gut!“, 13. August  
2013, Hamburg. Veranstalter:  
Boehringer Ingelheim Pharma  
GmbH & Co.KG.



Sodbrennen



Magenschmerz



(Völlegefühl)

Wird der Magen dir zur Last

# Iberogast®

Pflanzlich – Schnell wirksam

## Iberogast®

beruhigt die Magennerven

entspannt die Magenmuskeln

reguliert die Magenbewegung

normalisiert die Säurebildung

schützt die Magenschleimhaut



So erreichen wir Ihre Kunden:  
Anzeigen in über 60 Titeln!\*



Bei Magen-Darm-Erkrankungen mit Beschwerden wie

- Magenschmerzen
- Völlegefühl, Blähungen
- Magen-Darm-Krämpfe
- Übelkeit
- Sodbrennen

STEIGERWALD

\*Quelle: TDW2012

**Iberogast®. Zusammensetzung:** 100 ml Flüssigkeit enthalten folgende Wirkstoffe: Auszüge aus: Iberis amara (Bittere Schleifenblume - Frische Ganzpflanze) (1 : 1,5-2,5) 15,0 ml, Auszugsmittel: Ethanol 50 % (V/V); Angelikawurzel (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Kamillenblüten (1 : 2 -4) 20,0 ml; Kümmelfrüchten (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Mariendistelfrüchten (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Melissenblättern (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Pfefferminzblättern (1 : 2,5-3,5) 5,0 ml; Schöllkraut (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Süßholzwurzel (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Auszugsmittel für alle Arzneidroge: Ethanol 30 % (V/V). **Anwendungsgebiete:** Zur Behandlung von funktionellen und motilitätsbedingten Magen-Darm-Erkrankungen wie Reizmagen- und Reizdarmsyndrom sowie zur unterstützenden Behandlung der Beschwerden bei Magenschleimhautentzündungen (Gastritis). Diese Erkrankungen äußern sich vorwiegend in Beschwerden wie Magenschmerzen, Völlegefühl, Blähungen, Magen-Darm-Krämpfen, Übelkeit und Sodbrennen. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit (Allergie) gegen die Wirkstoffe von Iberogast®. Bei Kindern unter 3 Jahren darf Iberogast® nicht eingenommen werden, da keine ausreichenden Erfahrungen vorliegen. Schwangerschaft und Stillzeit: Aus den vorliegenden Daten lassen sich keine Hinweise für Bedenken hinsichtlich der Anwendung während der Schwangerschaft und Stillzeit ableiten. Gleichwohl soll Iberogast® während der Schwangerschaft und Stillzeit nur nach Rücksprache mit einem Arzt eingenommen werden. **Nebenwirkungen:** Sehr selten können Überempfindlichkeitsreaktionen wie z.B. Hautausschlag, Juckreiz, Atembeschwerden auftreten. Bei Auftreten von Nebenwirkungen sollte das Präparat abgesetzt und ein Arzt aufgesucht werden. Dieser kann über den Schweregrad und gegebenenfalls erforderliche weitere Maßnahmen entscheiden. **Warnhinweis:** Das Arzneimittel enthält 31 Vol.-% Alkohol. **Stand der Information:** 10/2010. Steigerwald Arzneimittelwerk GmbH, Havelstraße 5, 64295 Darmstadt. [www.iberogast.de](http://www.iberogast.de)