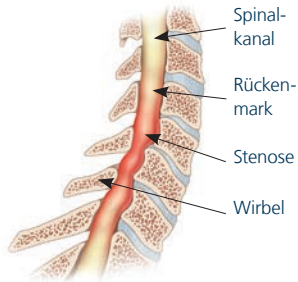


## Was ist spinale Stenose?

Spinale Stenose ist ein Platzverlust in der Wirbelsäule, der zu Druck auf das Rückenmark oder die Nerven führt. Diese Veränderungen können Schmerzen und andere Symptome verursachen. Eine Stenose kann einen grossen oder kleinen Teil der Wirbelsäule betreffen. Sie kann den Spinalkanal umfassen, die Kanäle, wo die Nerven vom Spinalkanal verzweigen, oder die Öffnungen zwischen den Wirbeln, durch die die Nerven verlaufen.



Zervikale Stenose

Degenerative Veränderungen treten mit zunehmendem Alter in der Wirbelsäule auf. Die Gewebebänder oder Bänder, die die Wirbelsäule stützen, er härten und werden dicker. Knochen und Gelenke werden unter Umständen grösser und die Knochenoberflächen stehen vor und erzeugen raue Kanten, sogenannte Knochensporne. Patienten leiden gewöhnlich erst ab 50 unter Symptomen von altersbedingter Stenose. Allerdings kann diese Art von Symptomen bei Patienten mit vererblichen Wirbelsäulenerkrankungen oder Wirbelsäulenverletzungen wesentlich früher auftreten.

### URSACHEN FÜR STENOSE

- Arthritis
- Erbliche Wirbelsäulenerkrankungen
- Bandscheibendegeneration oder -riss, sogenannter Bandscheibenvorfall
- Abnormale seitliche Krümmung der Wirbelsäule, sogenannte Skoliose
- Andere Ursachen (Tumoren, Verletzungen, Erkrankungen wie Pagets-Krankheit, spinale Kalziumablagerungen, usw.)

## Weitere Informationen

Weitere Informationen zur spinalen Stenose erhalten Sie bei Ihrem Chirurgen.

**NEUROSPINEZÜRICH** seit 1997  
Wirbelsäule interdisziplinär

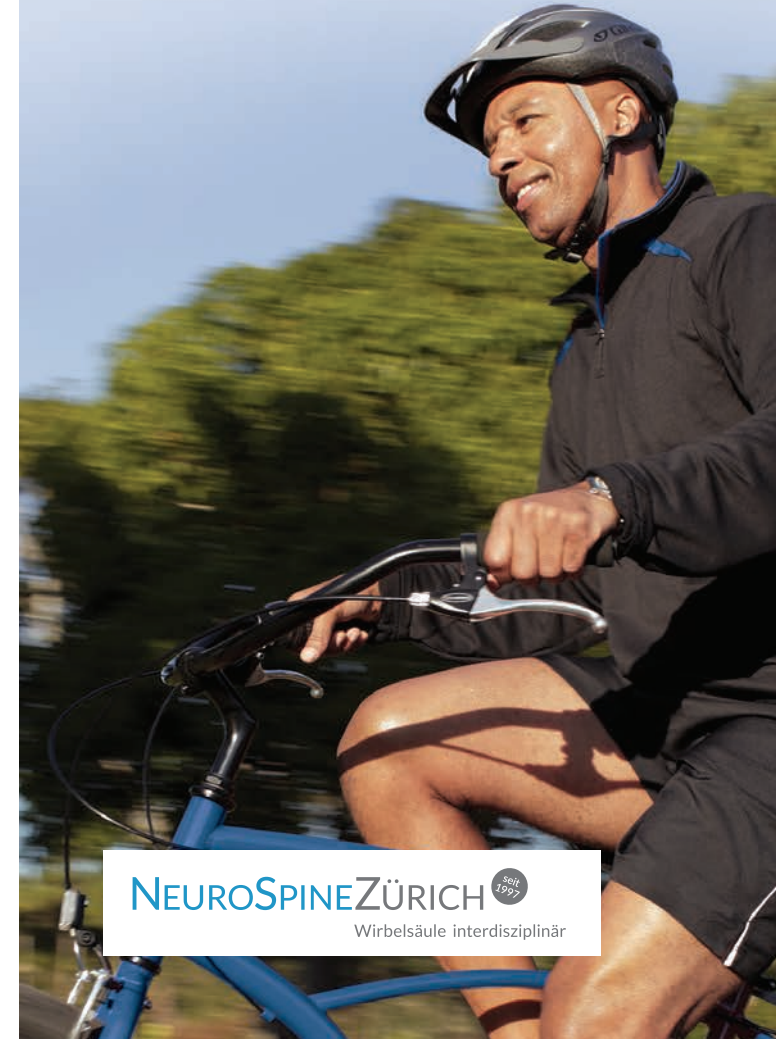
Prof. Urs-Dieter Schmid, Neurochirurgie FMH  
Prof. Sebastian Weckbach, Orthopädische Chirurgie FMH

### Interdisziplinäre konservative und operative Wirbelsäulenthherapie

Seestrasse 315, 8038 Zürich  
E-Mail: [neurospine.zuerich@hin.ch](mailto:neurospine.zuerich@hin.ch)  
[www.neurospine-zuerich.ch](http://www.neurospine-zuerich.ch)

 **DePuy Synthes**  
PART OF THE *Johnson & Johnson* FAMILY OF COMPANIES

# SPINALE STENOSE VERSTEHEN



**NEUROSPINEZÜRICH** seit 1997  
Wirbelsäule interdisziplinär

---

## Welches sind die Symptome einer spinalen Stenose?

Manchmal verursacht eine spinale Stenose überhaupt keine Symptome oder die Symptome beginnen allmählich und werden mit der Zeit schlimmer. Diese können Folgendes umfassen:

- Nacken- oder Rückenschmerzen
- Taubheitsgefühl, Schwäche, Krämpfe oder ein brennender Schmerz in den Armen oder Beinen
- Schmerzen, die ins Bein schießen, genannt Ischias
- In schwerwiegenden Fällen können Probleme bei der Bewegung der Arme oder Beine oder Darm- und Blasenprobleme auftreten

---

## Welche Behandlungsoptionen gibt es?

Sie haben unter Umständen viele unterschiedliche Behandlungsmethoden ausprobiert, um Ihre Schmerzen zu lindern, wie Physiotherapie, Schmerzmittel oder eine Rückenstütze oder Korse. Während diese Mittel die Schmerzen lindern können, behandeln sie nicht die Knochenschäden, die die Spinalstenose verursachen. Der Druck auf das Rückenmark oder die betroffenen Nerven kann nur durch einen chirurgischen Eingriff behoben werden, wobei auch die Kraft und Stellung der Wirbelsäule erhalten werden.

### EIN CHIRURGISCHER EINGRIFF KANN EINE OPTION SEIN

Ihr Arzt hat einen chirurgischen Eingriff empfohlen, da Ihre Schmerzen und weiteren Symptome nicht durch nicht-chirurgische Massnahmen behoben werden können oder schlimmer werden. Oder vielleicht haben Sie fortschreitende Schwäche im Bein oder Darm- oder Blasenprobleme bemerkt, ein Hinweis darauf, dass ein chirurgischer Eingriff Ihre beste Option sein könnte. Nach dem Eingriff verschreibt Ihr Arzt Ihnen Physiotherapie und Übungsprogramme, die Ihre Heilung unterstützen und durch die Sie Ihre normale Aktivität wieder aufnehmen können.

---

## Welche Auswahlmöglichkeiten gibt es?

Bei spinaler Stenose gibt es zwei Hauptoperationen.

### 1 DEKOMPRESSIVE LAMINEKTOMIE

Die dekompressive Laminektomie ist die verbreitetste und erfolgreichste OP für spinale Stenose. Sie entfernt das «Dach» des Wirbels, das man als Lamina bezeichnet. Dies kann an einem oder mehreren Wirbeln durchgeführt werden, um mehr Platz für die Nerven zu schaffen.

Eine Laminektomie nimmt gewöhnlich 1 bis 3 Stunden in Anspruch und wird unter Vollnarkose durchgeführt. Der Arzt sieht sich einen MRT oder einen CT-Scan an, um festzulegen, wie viel Knochenmasse entfernt werden muss. Im Rücken wird ein 5 bis 15 cm langer Schnitt durchgeführt, der mit Nähten oder chirurgischen Klammern verschlossen wird.

Nach der Laminektomie sollten Sie sich wohler fühlen, sich leichter bewegen können und mehr Kraft in Ihren Beinen spüren. Wenn Sie eine sitzende Tätigkeit ausführen, können Sie innerhalb von mehreren Wochen an die Arbeit zurückkehren. Bei einer körperlich anstrengenderen Tätigkeit kann dies 2 bis 4 Monate dauern.

### 2 SPINALE FUSION

Bei der Wirbelsäulenfusion werden zwei oder mehrere Wirbel zusammengefügt, um die Bewegung in einem schmerzenden Bereich zu stoppen. Der Chirurg fügt Knochenimplantate, die aus kleinen Knochenteilen aus Ihrer Hüfte, einer Knochenbank oder anderem Material hergestellt wurden, in die Lücken zwischen den Wirbeln ein. Mit der Zeit wachsen die Knochen zusammen oder fusionieren. Drähte, Schrauben, Stäbe, Cages oder Platten können ebenfalls benutzt werden, um die Stabilität zu erhöhen.

Manchmal kann eine minimal-invasive Methode, MIS genannt, angewandt werden. Chirurgen benutzen dabei Spezialinstrumente wie tubuläre Retraktoren, chirurgische Mikroskope, intraoperatives Röntgen oder Navigationssysteme, die durch kleine Inzisionen eingeführt werden. MIS kann weniger postoperative Beschwerden nach sich ziehen als ein gewöhnlicher chirurgischer Eingriff. Besprechen Sie mit Ihrem Chirurgen, ob MIS eine geeignete Option für Sie ist.

Es ist wichtig abzuwarten, bis Ihre Knochen heilen und fusionieren, bevor Sie Ihre normalen Aktivitäten wieder aufnehmen. Dies kann zwischen 6 Wochen und mehreren Monaten dauern. Wenn Sie eine sitzende Tätigkeit ausführen, können Sie gewöhnlich nach 4 bis 6 Wochen wieder arbeiten, bei physisch anstrengenderen Tätigkeiten sollten Sie 4 bis 6 Monate warten. Ihr Chirurg wird Ihnen mitteilen, wann Sie bedenkenlos Ihre Arbeit wieder aufnehmen können.

### CHIRURGISCHE RISIKEN

Chirurgische Spinalstenose-Eingriffe umfassen die gleichen Risiken wie jeder andere chirurgische Eingriff. Komplikationen wie Infektionen, Schmerzen, Nervenverletzungen und Entzündungen der Bandscheibe können auftreten. Sprechen Sie mit Ihrem Chirurgen und vergewissern Sie sich, dass Sie alle Risiken und Vorteile der empfohlenen Stenose-Behandlung verstehen.

### WICHTIGE BEGRIFFE

- **Dekompressive Laminektomie** – chirurgischer Eingriff, bei dem das «Dach» des Wirbels entfernt wird, um den Druck auf das Rückenmark und/oder die Nerven zu entlasten.
- **Wirbelsäulenfusion** – operativer Eingriff, bei dem zwei oder mehr Wirbelknochen zusammengefügt werden, um die Wirbelsäule zu stabilisieren.
- **Spinalstenose** – Verengung der normalen Lücken, die für das Rückenmark und andere Nerven notwendig sind.