

## Der Chiropraktor und das Kostovertebral-Syndrom

Der Herbst ist schon beinahe zur Hälfte vorbei und der Winter steht vor der Tür. Mit Herbst und Winter kommen auch wieder seasonspezifische Belastungen auf uns zu. Ich denke da speziell ans Laubrechen im Herbst und ans Schneeschaukeln im Winter. Bei diesen Belastungen handelt es sich um Dreh-Beuge-Bewegungen und solche Bewegungen belasten unser Kreuz und die Wirbelsäule oft in zu grossem Masse. Eine der häufigsten Folgen sind "Kreuzschmerzen", auf die ich schon früher etwas allgemein eingegangen bin. Ich werde dieses Gebiet in einem späteren Artikel nochmals eingehender erläutern. Der heutige Artikel befasst sich mit einer weiteren, recht häufigen aber meist verkannten Folge solcher Bewegungen. Ich schreibe heute über das Kostovertebralsyndrom.

### **Was ist ein Kosto-Vertebral-Syndrom?**

Lassen Sie mich zuerst einige anatomische Gegebenheiten erklären. Wie meistens, besagt schon der Name der Erkrankung um was es geht. Im Einzelnen: Kosta=die Rippe, Vertebra = in diesem Fall ein Brustwirbel und Syndrom = Erkrankung. Es dreht sich hier also um eine Funktionsstörung in der Beweglichkeit des Gelenkes zwischen Rippe und Wirbel bei der Brustwirbelsäule, genauer gesagt um eine Blockierung in der Beweglichkeit.

### **Was hat das zur Folge?**

Eine Blockierung zwischen einem Wirbel und der daran befestigten Rippe verhindert, dass diese Rippe die Atembewegung mitmacht. Der betroffene Patient verspürt anfangs ein leichtes Stechen und später zunehmende Schmerzen im Brustkorb. Im Extremfall steigern sich diese Schmerzen soweit,

dass der Patient Atemnot verspürt und oft auch Herzschmerzen hat. Abgesehen von Erstickungsangst im ersteren Fall ist oft dieser vermeintliche Herzschmerz der Grund zum Aufsuchen des Hausarztes. Meist wird dann eine Abklärung der Herzfunktionen keinerlei Störungen zutage bringen. Der Betroffene ist "völlig gesund". Auch auf eventuell hergestellten Röntgenbildern kann man nichts sehen, die Knochen sind ja nicht verändert. Er hat "nur" eine Blockierung.

### **Wie konnte das geschehen?**

Wie schon anfangs erwähnt, passiert so etwas meist beim Wischen oder Schaukeln. Ungeübt wie die meisten von uns sind, wir müssen das ja nur im Herbst und Winter machen, trifft diese Erkrankung uns öfter als zum Beispiel Leute die gewohnt sind körperlich zu arbeiten. Unsere Muskulatur ist einer solchen Belastung meist nicht gewachsen und fängt schon nach kurzer Zeit an sich zu verkrampfen. In einer solchen Situation genügt oft eine plötzliche oder ruckartige Bewegung um das Rippen-Wirbel-Gelenk etwas zu öffnen. Beim darauffolgenden Zurückfallen der Rippe in ihr Gelenk fällt sie vielleicht etwas daneben und kann sich danach nicht mehr von selbst lösen. Die Muskulatur über dem Gelenk verkrampft sich um das Gelenk vor weiteren Belastungen zu schützen. Dies nennt man eine Schutzverspannung. Anfänglich spürt man diese Verkrampfung, die dann im weiteren Verlauf zunehmend stärker wird. Da man nun einmal nicht einfach mit dem Atmen aufhören kann, bis sich alles beruhigt hat, reagiert das betroffene Gelenk früher oder später mit einer Entzündung. Mit jedem Atemzug verspürt man ein Stechen und Ziehen im Rücken und Brustbereich.

### **Was kann der Chiropraktor tun?**

Bei der Untersuchung findet sich meist ein klar umschriebenes Gebiet, in dem der Schmerz auftritt.

Oft ist schon auf Anhieb das betroffene Gelenk beim Abtasten der Wirbelsäule zu spüren. Hat der Chiropraktor das betroffene Gelenk lokalisiert, kann er es mit gezielter Manipulation zu seiner ursprünglichen Beweglichkeit zurückführen. Dies benötigt meist mehrere Behandlungen abhängig von der Intensität des Schmerzes und der Dauer der Erkrankung.

---

Für Fragen zu diesem Thema können Sie mich über die eMail-Adresse auf meiner Homepage [www.chiro4you.ch](http://www.chiro4you.ch) unter der Rubrik "Chiro-Kontakt" erreichen. Ich bitte um Ihr Verständnis, dass telephonische Anfragen wegen des Zeitaufwandes leider nicht entgegengenommen werden können.

Copyright © 2008:

**Dr. Beat Stoller**