

Der Chiropraktor und das Schleudertrauma

Ein Schleudertrauma ist keine eigentliche Erkrankung wie zum Beispiel hoher Blutdruck oder Arthritis sondern vielmehr die Beschreibung eines Verletzungsmechanismus. Wenn eine Person an den Folgen eines Schleudertraumas leidet, beschreibt sie den Vorgang meist klar mit einem für diese Verletzung charakteristischen Umherschleudern des Kopfes während des Unfalls.

Ablauf eines Schleudertraumas

Von einem Schleudertrauma spricht man normalerweise, wenn der Kopf plötzlich und unerwartet in eine bestimmte Richtung geworfen wird um unmittelbar darauf in die entgegengesetzte Richtung zurückgerissen zu werden. Man kann auch sagen, der Kopf wird hin und her geschleudert. Bei einem Auffahrunfall von hinten, wird der Körper zuerst durch den Sitz nach vorn geschleudert und der Kopf (da ohne direkte Stützung durch den Sitz) fliegt nach hinten. Wenn die Kopfstütze, wie leider allzuoft der Fall, schlecht eingestellt ist, wird der Kopf danach durch die Muskeln und Sehnen abgefangen und wieder nach vorn gerissen. Wenn der Kopf ganz hinten ist spricht man von einer **Hyperextension** und wenn er ganz vorn ist von einer **Hyperflexion**. Ein Schleudertrauma kann auch bei einem Unfall mit seitlichem Aufprall auftreten und die Folgen und Symptome sind dann charakteristischerweise eher in den seitlichen Strukturen des Nackens zu finden. Man spricht dann von einer links- oder rechtsseitigen **lateralen Hyperflexion**.

Die **Ausprägung eines Schleudertraumas** ist abhängig von einer ganzen Reihe von Faktoren und das macht jeden einzelnen Fall etwas anders. Einige

der wichtigsten Faktoren sind die Haltung des/der Fahrer/In beim Unfall, das Alter, war er/sie vorgewarnt (sah Auto kommen im Rückspiegel), die Gesundheit der Knochen, der Bänder, der Sehnen und der Bandscheiben, die Richtung und die Geschwindigkeit des auffahrenden Fahrzeugs, etc. Unglücklicherweise nützt ein Sitzgurt nicht sehr viel zur Verhinderung eines Schleudertraumas. Allerdings sind Kopfstützen heutzutage eigentlich in allen Fahrzeugen vorhanden und eine korrekte Einstellung kann wenigstens eine Hyperextension weitgehend verhindern helfen.

Schleudertraumata treten nicht nur bei Autounfällen auf sondern sind leider auch unter anderen Umständen wie zum Beispiel beim Sport, bei Stürzen, bei Schlägen in den Rücken und sogar bei plötzlichem Niessen nicht selten. Als weiterer verschlimmernder Faktor kann eine sogenannte **Kontusion** dazu kommen. Hierunter versteht man das Anschlagen des Kopfes zum Beispiel am Lenkrad oder dem Türrahmen des Autos bei seitlichen Auffahrunfällen. Es kann dann zu den bereits genannten Verletzungen auch noch eine Gehirnerschütterung dazu kommen.

Symptome eines Schleudertraumas

Die Symptome fangen oft schon innerhalb weniger Stunden nach dem Unfall an, sie können aber auch erst sehr viel später, vielleicht auch nach mehreren Tagen anfangen. Bei den meisten Fällen findet man die bekannte "Halskehre" und oft auch Kopfweh und Schmerzen zwischen den Schulterblättern. Als weitere Symptome zeigen sich manchmal auch veränderte Gefühle wie elektrisieren oder "nadeln" in den Armen und Händen. Wenn noch eine Kontusion dazu kommt findet man auch Uebelkeit, Sehstörungen, Schlafstörungen und manchmal auch Depressionen.

Was kann der Chiropraktor tun?

Bei jeder Art eines Unfalls oder Traumas kann es zu Wirbelsäulenblockierungen oder Subluxationen kommen. Mit anderen Worten, die betroffenen Wirbel sind ausserhalb ihrer normalen Beweglichkeit und können oft negative Auswirkungen auf die Nervenbahnen und das Rückenmark in ihrer Nähe haben. Dies ist oft auf Grund der eher speziellen Anatomie des Nackens eine recht schmerzhaft Angelegenheit. Schmerzmittel, muskelentspannende Medikamente oder Beruhigungsmittel können leider nichts dazu beitragen, die betroffenen Wirbel zu deblockieren und den "Druck" auf die Nerven zu beseitigen. Hier hilft die Chiropraktik, die nach einer genauen Abklärung der Gegebenheiten, durch ihre präzise und sichere Behandlung der Wirbel die normale Beweglichkeit und Schmerzfreiheit wieder herstellt. Es muss hier allerdings auch gesagt werden, dass eine chiropraktische Behandlung nicht möglich ist, solange Verletzungen wie Bandscheibenschäden, Sehnenrisse, Blutungen und Knochenbrüche als Folge eines Unfalls vorliegen.

Was ist mit einem alten Schleudertrauma?

Es gibt immer wieder Fälle bei denen Leute, die ein Schleudertrauma hatten, sich recht gut davon erholt haben und eigentlich keine "gravierenden" Folgen mehr spüren. Trotzdem haben sie seither öfters Kopfweh und /oder sie tendieren zu häufigen Nackenproblemen schon bei kleinsten Ursachen. Oft entwickelt sich in diesen Fällen durch die leichten Subluxationen nach Jahren eine Arthrose und vielleicht sogar ein Bandscheibenproblem. Bei einer Störung der strukturellen "Integrität" der Wirbelsäule kann sie nicht sauber verheilen und die betroffene Person wird früher oder später an Folgeerscheinungen leiden. Auch wenn der

Chiropraktor nicht in der Lage ist, die bereits eingetretenen Folgeerscheinungen zu beseitigen, so kann eine chiropraktische Behandlung doch in jedem Stadium die Beschwerden lindern und gegebenenfalls eine weitere Verschlechterung aufhalten.

Für Fragen zu diesem Thema können Sie mich über die eMail-Adresse auf meiner Homepage 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

