

Zürcher Oberland Medien AG  
8620 Wetzikon ZH  
044/ 933 33 33  
www.zol.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 24'683  
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 375.18  
Abo-Nr.: 1053061  
Seite: 17  
Fläche: 75'984 mm<sup>2</sup>

## Günstige Therapie statt teure Operation



Gelenke richten und Muskeln stärken: Klassische Physiotherapie hilft laut Medizinstudien in vielen Fällen von Knie- und Rückenschmerzen genauso wie eine Operation. Bild: key

**WINTERTHUR.** Jährlich werden in der Schweiz Tausende wegen Rückenschmerzen operiert. Der Physiotherapie-Professor Hannu Luomajoki kritisiert diese Praxis scharf – mit Unterstützung des Patientenschutzes.

MARISA EGGLI

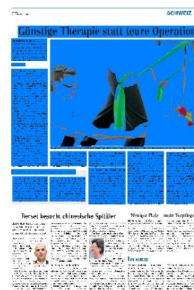
In der Schweiz liegen jedes Jahr mehrere Tausend Patienten mit Rückenschmerzen oder Knieproblemen im Spital. Sie lassen sich den Rücken stabi-

lisieren oder den Meniskus reparieren. Laut Statistik haben die Spitäler 2011 mehr als 15000 Bandscheibenschäden behandelt und Hunderte von Patientinnen wegen «nicht näher bezeichneten Rückenschmerzen» untersucht. Die meisten von ihnen verbringen deshalb mehrere Tage im Spital. «In vielen Fällen ist das unnötig», sagt Hannu Luomajoki. Er ist Professor für Physiotherapie an der Fachhochschule ZHAW in Winterthur und hat eine eigene Praxis.

Seine Aussage begründet er auf verschiedenen Studien, die Operationen an Knie, Rücken oder Schultern klassi-

scher Physiotherapie gegenüberstellen. Ein englischer Medizinprofessor hat die Ergebnisse einer solchen Studie kürzlich in einem renommierten Fachmagazin veröffentlicht. Er untersuchte anhand von mehr als 350 Patientinnen und Patienten, ob bei einer Meniskusverletzung am Knie eine Operation oder Physiotherapie mehr bringt. Sein Fazit: Nach einem Jahr fiel der Unterschied zwischen den Operierten oder lediglich Therapierten nicht ins Gewicht. Beiden ging es etwa gleich gut. Für Luomajoki ist dieses Resultat ein Beweis dafür, «dass klassische Physio-

# Zürcher Oberländer



Zürcher Oberland Medien AG  
 8620 Wetzikon ZH  
 044/ 933 33 33  
 www.zol.ch

Medienart: Print  
 Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
 Auflage: 24'683  
 Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 375.18  
 Abo-Nr.: 1053061  
 Seite: 17  
 Fläche: 75'984 mm<sup>2</sup>

therapie in vielen dieser Fälle ebenso wirksam ist wie eine Operation».

Luomajoki kritisiert vor allem zwei Punkte am Operieren: Die Kosten seien viel höher, und es sei unsicher, ob die Schmerzen danach wirklich verschwänden. Gemäss der Krankenkasse Swica kostet eine Rückenoperation je nach Spital zwischen 16 000 und 19 000 Franken. Mit Physiotherapie gebe es zwar auch keine Garantie, dass die Schmerzen ganz verschwänden. Es komme aber günstiger, sagt Luomajoki. Eine Behandlung koste 50 Franken. Vom Arzt würden meist neun Physiobesuche verordnet, was 450 Franken ausmache. «Das Sparpotenzial ist riesig.»

### Schmerzen gehen, Wirbel bleibt

Zum Kritikpunkt der häufigen Fehldiagnosen hat Luomajoki einen Fall aus seiner Praxis beschrieben. Der entsprechende Artikel erscheint in der nächsten Ausgabe eines Fachmagazins: Ein 28-jähriger sportlicher Mann bekam

plötzlich Rückenschmerzen. Er liess sich untersuchen, und der Arzt erkannte auf dem Röntgenbild, dass ein Wirbel verschoben war. Er wollte den Mann operieren und sagte ihm, man könne schon mit einer Therapie probieren, die bringe aber wohl kaum etwas.

Der Patient holte sich die Meinung von Luomajoki ein. Er habe vermutet, dass dieser Wirbel schon länger verschoben sei, vielleicht seit der Mann ein Teenager gewesen war, sagt Luomajoki. Deshalb sah er keinen Zusammenhang zwischen Schmerz und Wirbel. Er riet dem Patienten von der Rückenoperation ab. Stattdessen therapierte er ihn. Heute sind dessen Schmerzen weg, obwohl der Wirbel noch verschoben ist. Dieser hatte also keinen direkten Einfluss auf die Rückenschmerzen.

Der Schweizer Patientenschutz teilt Luomajokis Meinung, dass viel zu oft operiert werde. Stiftungspräsidentin und GLP-Nationalrätin Margrit Kessler sagt: «Unnötige Operationen sind

ein riesiges Problem.» Gerade beim Rücken werde sehr häufig operiert, obwohl dadurch die Ursache oft nicht behoben werden könne. Ihre Stiftung werde immer mal wieder mit Beschwerden von Patienten konfrontiert, die solche Erlebnisse gemacht hätten. «Rückenschmerz kann auch psychisch bedingt sein, zum Beispiel weil man unter Stress leidet und sich verkrampft.» Da nütze eine Operation wenig.

Kessler rät, man solle auf jeden Fall eine zweite Meinung einholen – genauso wie bei anderen Operationen. «Am besten bei einer Fachperson in einem weit entfernten Kanton. Diese hat bestimmt keine persönlichen Interessen.» Bekommt man eine Erstdiagnose in Zürich, würde sie für eine Zweitmeinung nach Bern gehen und vorher bei der Krankenkasse abklären, ob sie diese Kosten übernehme. «Das tut sie meist gern, weil sie sparen kann, falls die Operation wegfällt.»

## WARTEN, WENN DER RÜCKEN SCHMERZT

Rückenschmerzen treffen viele. In den meisten Fällen sei die Ursache dafür undefinierbar, sagt Physiotherapie-Professor Hannu Luomajoki. Ausnahmen seien Schmerzen nach einem Unfall, wegen eines Tumors oder einer Missbildung zum Beispiel der Wirbelsäule. Die letzten beiden Fälle seien äusserst selten. Er rät deshalb bei Rückenschmerzen, die nicht wegen eines Unfalls auftreten, erst

zu warten, bevor der Arzt besucht wird. «Rückenschmerzen sind wie Schnupfen», sagt er. Sie treten schnell auf und verschwinden oft von selbst wieder. Deshalb könne man ein, zwei Wochen mit dem Arztbesuch warten. Während dieser Zeit solle man sich häufig bewegen und sich nicht schonen. Sonst versteife alles. Dasselbe gelte meist auch für Schmerzen an Knien und Schultern. (meg)