

	Konservative Therapie	Spritzentherapie	Operation
Was passiert bei der Behandlung?	- Die konservative Therapie dient der Behandlung der Beschwerden und der Ursache. - Die konservative Therapie kann eine Physiotherapie, Bewegung, ein Korsett (Lumbosacral-Korsett/Orthese) und Medikamente (hauptsächlich Schmerzmittel) beinhalten.	- Die Spritzentherapie dient der Behandlung der Beschwerden und wirkt nicht gegen die Ursache. - Entzündungshemmende Medikamente (Kortikosteroide), meist zusammen mit einem betäubenden Wirkstoff (Lokalanästhetikum), werden in den Raum um das Rückenmark (Epiduralraum) gespritzt. - Die Behandlung wird zusammen mit der konservativen Therapie durchgeführt.	- Die Operation soll die Ursache der Erkrankung beheben. - Die verengte Stelle im Rückenmarkskanal (Spinalkanal) wird erweitert, um den Druck auf die Nerven zu reduzieren. - Im Anschluss folgt eine Physiotherapie (6 bis 12 Wochen). Diese soll die Schmerzen lindern und die Beweglichkeit verbessern.
Wie oft ist die Behandlung nötig?	- Regelmäßig. Es handelt sich um eine langfristige Behandlung. - Etwa 40 bis 60 von 100 Personen, die sich für eine konservativen Therapie entschieden haben, benötigen schließlich doch eine Operation.	- Die Behandlung dauert etwa 30 bis 60 Minuten. - Bei Bedarf können Sie die Spritzentherapie mehrfach erhalten.	- Häufig ist nur eine Operation notwendig. - Etwa 16 von 100 Personen benötigen eine erneute Operation.
Was ist das Ziel der Behandlung?	- Schmerzlinderung - Korrektur der Fehlstellung der Wirbelsäule	- Schmerzlinderung - Behandlung von Entzündungen und Schwellungen	- Schmerzlinderung - Aufweitung der verengten Stelle im Rückenmarkskanal
Wie schnell wirkt die Behandlung?	nach etwa 2 Wochen	Der Schmerz lässt zeitnah nach.	nach etwa 6 Wochen
Wie lange wirkt die Behandlung?	Nach 2 Jahren berichten 30 bis 55 von 100 Menschen eine deutliche Verbesserung der Beschwerden.	Die Wirkdauer der Spritzentherapie lässt sich nur schwer vorhersagen. Sie kann individuell unterschiedlich sein. Studien deuten an, dass eine leichte Schmerzlinderung noch nach 3 Wochen vorhanden ist.	Es gibt Hinweise auf eine Verbesserung der Schmerzen im Vergleich zur konservativen Behandlung in den ersten 2 Jahren, nicht aber nach 6 Jahren.
	Nach 6 Jahren können Menschen etwa gleich gut gehen, unabhängig davon, ob sie eine konservative Therapie oder eine Operation erhalten.		

	Konservative Therapie	Spritzentherapie	Operation
Welche Komplikationen können auftreten?	- Die möglichen Komplikationen hängen von den jeweiligen Therapien ab. - Es stehen jedoch keine schweren Komplikationen in direktem Zusammenhang mit der konservativen Therapie.	- Sehr seltene schwere Komplikationen: - Blutungen - Infektionen - Verletzungen der Rückenmarksnerven - Leichte bis ausgeprägte Lähmungen, die meist nur vorübergehend sind	- Mögliche schwere Komplikationen: - Infektionen - Probleme bei der Wundheilung - Einblutungen oder blaue Flecke (Hämatome) - Funktionsstörungen der Nerven - Riss der harten Rückenmarkshaut
Was ist im Alltag wichtig zu wissen?	Die konservative Therapie erfordert Zeit. Zum Beispiel für regelmäßige Physiotherapie-Termine und selbstständiges Muskeltraining zu Hause.	Sie sollten am Tag der Behandlung nicht selbst mit dem Auto oder Fahrrad fahren.	- Sie sollten mehrere Wochen nach der Operation nicht selbst Auto fahren. - Nach der Operation können Sie frühestens nach 2 bis 4 Wochen wieder anfangen zu Arbeiten.