



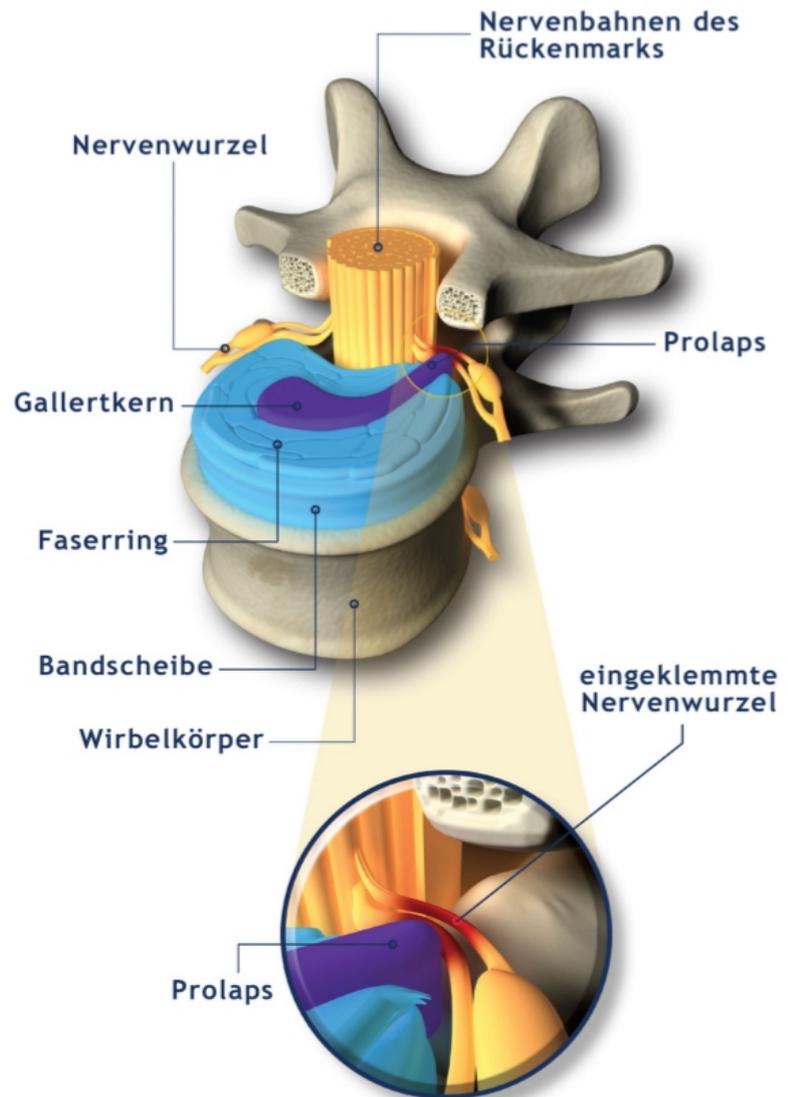
Der Bandscheibenvorfall

Mit einer oftmals über Jahre andauernden Fehl- und Überbelastung der unteren Wirbelsäule durch falsches Heben und Tragen, Übergewicht, falschem Sitzen und Liegen oder Erschütterungen und Stauchungen, wie z.B. durch Mountainbike fahren, fängt es an. Die Bandscheibe gibt diesen andauernden Strapazen nach.

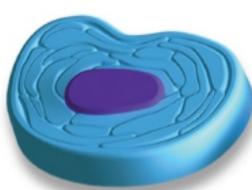
Der Anfang ist die Bandscheibenvorwölbung, auch Protrusion genannt. Der gallertartige Kern drückt immer stärker gegen den umgrenzenden Faserring und drückt diesen nach außen. Im Lauf der Zeit bilden sich kleinste Risse und irgendwann, manchmal Jahre später, ist es soweit: Der Bandscheibenvorfall, auch Prolaps genannt.

Der Faserring reißt, das gallertartige Kernmaterial fließt aus und drückt auf die Nerven. Die Folge sind starke, häufig in die Extremitäten ausstrahlende Schmerzen, oft mit einem Taubheitsgefühl der eingeklemmten Nervenwurzel, gelegentlich auch Lähmungserscheinungen.

Eine regelmäßige Anwendung der oszillierenden Massage kann helfen einen Bandscheibenvorfall zu verhindern. Bei akutem Schmerz kann dieser unmittelbar gelindert werden.



➤ Entwicklung eines Bandscheibenvorfalles:



intakte Bandscheibe



beginnende Protrusion



fortschreitende Protrusion



Bandscheiben Prolaps



Sequestration