

► DAS IGeL-KONZEPT FÜR DIE PRAXIS

Triggerpunkt-Therapie lindert chronische Schmerzen

Bei Rücken-, Schulter- oder Nackenschmerzen finden sich häufig verdickte tastbare Muskelverhärtungen, die als Triggerpunkte die Beschwerden mit verursachen. Eine Therapie mit Stoßwellen lindert die Schmerzen. Die Behandlung ist ein IGeL-Angebot.

Triggerpunkte entstehen durch Fehlhaltungen oder auch durch körperliche Belastungen.

Bei der Stoßwellentherapie werden nun auf diese Triggerpunkte schnelle Schallwellen abgegeben, die das Muskelgewebe in Schwingung versetzen. Dadurch werden die Durchblutung verbessert und Entzündungsmediatoren abtransportiert. Bei einer Sitzung bekommen die Patienten auf fünf bis sechs Triggerpunkte mit dem Gerät je etwa 500 Impulse appliziert. Eine Behandlung dauert dabei 15 bis 20 Minuten. Da die Therapie schmerzarm ist, kann auf eine Anästhesie verzichtet werden. „Bereits nach der ersten Behandlung sind die Schmerzen meist deutlich gelindert“, ist die Erfahrung der Orthopädin. Für länger anhaltende Effekte sind in der Regel aber drei bis vier Sitzungen im Abstand von einer Woche nötig. Bestehen die Beschwerden schon sehr lange, könnten auch acht bis zehn Sitzungen nötig sein. Beginnt der Patient dann mit einem gezielten Muskeltraining, kann er das Problem oft auch ganz beheben.

© www.digest-ev.de



Wenn bei chronischen Rückenschmerzen ein Bandscheibenvorfall ausgeschlossen ist, dann habe ich im Rahmen der Schulmedizin nicht mehr viele Handlungsmöglichkeiten – ich kann Kortison spritzen und den Patienten zur Krankengymnastik schicken“, sagt die Orthopädin Dr. Silke Helfmeyer aus Brandenburg in Bayern. Sie bietet bei chronischen Rücken-, Schulter- oder Nackenschmerzen alternativ die Triggerpunkt-Stoßwellentherapie an und hat gute Erfahrungen damit gemacht. Sehr wirksam sei die Methode zudem bei Patienten mit Sportverletzungen, etwa bei Läufern oder Skifahrern, bei denen die Beschwerden zunächst auf einen Muskelfaserriss zurückgeführt worden waren, die sich dann aber als Muskelhärte herausgestellt haben.

Im Visier der Methode sind schmerzhafte verhärtete Muskelfaserregionen (Trigger), die die Beschwerden auslösen können. Solche

„Meistens sind die Schmerzen schon nach der ersten Behandlung deutlich reduziert.“
DR. SILKE HELFMEYER

► ARGUMENTE FÜR DAS PATIENTENGESPRÄCH

Tipp 1

Wenig Therapiemöglichkeiten: Bei chronischen Rückenschmerzen hat die Schulmedizin nur wenig zu bieten.

Tipp 2

Die Stoßwellentherapie ist schnell wirksam. Bereits nach einer Sitzung werden die Schmerzen in der Regel deutlich gelindert.

Tipp 3

Eine Anästhesie ist bei den Sitzungen nicht nötig. Die Triggerpunkt-Stoßwellenbehandlung ist schmerzarm.

Tipp 4

Gut kombinierbar mit anderen Verfahren. Bei Restbeschwerden eignen sich Infiltrationen mit Analgetika und Homöopathika.

Tipp 5

Keine schwerwiegenden Nebenwirkungen. Selten sind vorübergehende lokale Schmerzen oder Blutergüsse.

► PATIENTENANSPRACHE

Therapieangebot spricht sich herum

„Wenn ich bei Rückenschmerzen das Gefühl habe, die Ursache sind Muskelverhärtungen, dann biete ich auch gleich die Triggerpunkt-Stoßwellentherapie an“, sagt Dr. Silke Helfmeyer aus Brannenburg. Seit vier Jahren ist die Orthopädin zusammen mit einem Kollegen in einer rein pri-



Stoßwellentherapie am Lumbalbereich: Pro Triggerpunkt werden etwa 400 Impulse appliziert.
Foto: Storz Medical AG

vatärztlichen Praxis niedergelassen. Vorher hat sie mehrere Jahre am Olympiastützpunkt Bayern Leistungssportler medizinisch betreut. Viele Patienten kommen ganz bewusst zu ihr, um sich mit Stoßwellen behandeln zu lassen. Zweimal wurde in der Regionalzeitung über ihr Therapieangebot berichtet. Einen besonderen Schwerpunkt nimmt die Methode auf der Website der Praxis ein. Patienten, die sich über die Therapie informieren möchte, können dies zudem in einem Flyer der Praxis tun.

© www.orthopaediepraxis-inntal.de



Stoßwellentherapie wirkt gut an Rücken, Handgelenk, Schulter und Ellenbogen.
Foto: Gabi Moisa
©www.fotofix.de

► ABRECHNUNG

Stoßwelle und Muskeldehnung

Die Triggerpunkt-Stoßwellentherapie rechnet Dr. Silke Helfmeyer nach der GOÄ-Ziffer A302 (33,51 Euro, 2,5-fach) ab. Hinzu kommt eine Dehnung des Muskels nach Ziffer 507 (8,39 Euro, Schwellenwert). Bei der ersten Behandlung stellt sie ihren Patienten zudem eine Beratung (Ziffer 1, 10,72 Euro, 2,5-fach) und eine körperliche Untersuchung (Ziffer 5, 10,72 Euro, 2,5-fach) in Rechnung. Insgesamt sind das 63,34 Euro für die Erstbehandlung und je 41,90 Euro für Folgebehandlungen.

Abrechnungsbeispiel für die Triggerpunkt-Stoßwellentherapie

Leistung	Abrechnungsziffern nach GOÄ	Faktor 1,0	Schwellenwert
Beratung	1	4,66 €	10,72 €
Untersuchung	5	4,66 €	10,72 €
Stoßwellentherapie	A302	14,57 €	33,51 €
Krankengymnastik (Teiltherapie)	507	4,66 €	8,39 €
Summe		28,55 €	63,34 €

In der Regel werden vier Sitzungen empfohlen: Bei 63,34 Euro (Erstbehandlung) und je 41,90 Euro (Folgebehandlungen) kostet das 189,04 Euro.