



Ratgeber: ISG-Syndrom - Anzeichen, Ursachen und Therapien im Überblick

Von *SI-BONE*

Erstellt am 27 Nov 2015 - 11:14

Mannheim, November 2015. Es dient als Verbindung zwischen Wirbelsäule und Becken und übernimmt als eine Art Pufferzone eine wichtige stabilisierende Funktion: Das Iliosakralgelenk (ISG) hält den täglichen Belastungen größtenteils stand. In einigen Fällen gerät es jedoch in schmerzhafte Schiefelage. Wie sich das sogenannte ISG-Syndrom äußert und wann Behandlungsformen wie Physiotherapie oder kleine Fusionsimplantate aus Titan zum Einsatz kommen, erklären Dr. med. Bernd Hölper und Dr. med. Michael Eichler, Chefarzte der Wirbelsäulenchirurgie Main-Kinzig-Kliniken Gelnhausen gGmbH sowie Leiter des Wirbelsäulenzentrums Fulda Main Kinzig:

Welche Anzeichen sprechen für ein ISG-Syndrom?

Dr. Hölper: „Bei einem schmerzhaften, meist instabilen Iliosakralgelenk bemerken Betroffene einseitige, ziehende Schmerzen im unteren Rücken, die oftmals auch in Bein oder Leiste ausstrahlen. Vor allem beim Anziehen des Beines, beispielsweise beim Treppensteigen, treten diese verstärkt auf. Sie ähneln den Beschwerden bei einem Bandscheibenvorfall und verschlimmern sich in sitzender Position.“

Wie kommt es zu Schmerzen im ISG?

Dr. Hölper: „Zu den häufigen Ursachen eines ISG-Syndroms zählen ein Sturz, meist auf das Gesäß, oder ein unerwarteter Tritt ins Leere – etwa bei übersehenen Treppenstufen. Auch eine Beckenfehlstellung kann langfristig zu einer Überbelastung des ISG mit der Folge einer Instabilität führen. Bei jüngeren Patientinnen kann es während und nach Schwangerschaften durch die hormonell bedingte Lockerung der Bänder und Sehnen zu einer schmerzhaften Blockierung des Gelenks kommen. In manchen Fällen vermuten wir auch eine Arthrose oder entzündlich-rheumatische Erkrankung als Auslöser.“

Wann sollte ich mit meinen Beschwerden einen Arzt aufsuchen?

Dr. Eichler: „Lassen sich die Schmerzen mit viel Bewegung und Wärme nicht innerhalb weniger Tage dauerhaft lindern, sollte der Gang zu einem spezialisierten Facharzt erfolgen. Er kann mithilfe von schmerzlindernden Injektionen und besonderen Untersuchungsmethoden, bei denen über bestimmte Bewegungsabläufe ein Schmerz im ISG provoziert wird, schnell herausfinden, ob das Iliosakralgelenk als Auslöser infrage kommt.“

Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?

Dr. Hölper: „Zunächst empfehlen sich physiotherapeutische, manualtherapeutische und insbesondere muskelaufbauende Maßnahmen, um die gestörte Gelenkfunktion zu stabilisieren und eine normale Beweglichkeit wiederherzustellen. Auch bestimmte Eigenübungen können die Behandlung in einigen Fällen unterstützen. Sollten diese Maßnahmen jedoch nicht ausreichen, kommt für ausgewählte Patienten eine minimalinvasive Behandlung infrage, die das Gelenk mit kleinen Dreiecksimplantaten, – die sogenannten iFuse-Implantate – fixiert. Diese werden über einen kleinen Hautschnitt in schlüssellochchirurgischer Technik von der Flanke eingesetzt und halten das Iliosakralgelenk fortan in stabiler Position.“

Was passiert, wenn das ISG-Syndrom unbehandelt bleibt?



Dr. Eichler: „Bei einem ISG-Syndrom kommt es in den meisten Fällen zu chronischen Schmerzen, entweder bedingt durch eine Instabilität des Gelenks oder durch eine einseitige Fehlbelastung. Diese wiederum beeinträchtigen die gesamte Körperhaltung. Bleibt das Iliosakralgelenk unbehandelt, kann sich die Lebensqualität der Betroffenen durch die sich immer weiter einschränkende Beweglichkeit zunehmend verschlechtern.

Weitere Informationen unter www.si-bone.de [1]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 06:54): <http://www.medkom24.eu/node/20921>

Links:

[1] <http://www.si-bone.de>