

Dr. Ködels Wunderhände

Als Katharina Stark einen Bandscheibenvorfall erleidet, soll sie gleich am nächsten Morgen operiert werden. Sie lehnt ab. Stattdessen beginnt sie eine konservative Therapie bei Dr. Wolfgang Ködel am Helios Amper-Klinikum Dachau. Nach wenigen Wochen ist sie weitgehend beschwerdefrei.

„Der Schmerz war überwältigend“, erinnert sich Katharina Stark. Über Weihnachten war die 54-Jährige zuhause bei ihrer Familie. Zuhause, das liegt für die langjährige Wahl-Dachauerin immer noch in Oberfranken. Für den zweiten Weihnachtstag ist ein Ausflug geplant. Stark freut sich auf das gemeinsame Event. Auf dem Weg aus dem Haus will sie in einer beiläufigen Bewegung ihre Tasche aufheben – dann fährt ihr ein stechender Schmerz in den Rücken.

Die examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerin ahnt sofort: es ist ernst. Kaum in der Lage sich zu bewegen, lässt sie sich in ein nahegelegenes Krankenhaus fahren. Dort wird sie stationär aufgenommen und erhält die Diagnose Bandscheibenvorfall.

„Der behandelnde Arzt kam dann freudestrahlend in mein Zimmer und sagte: ‚Gute Nachrichten, sie stehen gleich morgen früh als Erste auf dem OP-Plan‘“, berichtet Stark. Nur war das für die Patientin keine gute Nachricht. Für Katharina Stark kommt ein operativer Eingriff erst in Frage, wenn alle anderen Möglichkeiten ausgeschöpft sind.

Und dass es andere Möglichkeiten gibt, weiß Katharina Stark aus ihrem eigenen Berufsumfeld. Sie arbeitet am Helios Amper-Klinikum Dachau, wie auch Dr. Wolfgang Ködel, der dort Chefarzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin ist. „Ich habe zum Hörer gegriffen und Dr. Ködel um eine Einschätzung gebeten. Obwohl es mitten in den Weihnachtsferien war, hat er mir angeboten, meinen Rücken sofort anzuschauen“, so Stark. Sie verzichtet auf den OP-Termin und lässt sich nach Dachau fahren. Dort beginnt Dr. Ködel mit einer sogenannten konservativen Therapie, also einer Behandlung ganz ohne operativen Eingriff. Dazu gehören neben Physiotherapie vor Ort auch gezielte Übungen und einstudierte Bewegungsabläufe für zu Hause.

Bei Katharina Stark schlägt die Therapie schnell an. Ihren Alltag kann sie schon nach wenigen Tagen wieder ohne fremde Hilfe bestreiten. Nach etwa sechs Wochen ist sie beinahe vollkommen beschwerdefrei.

Die meisten Bandscheibenvorfälle können ohne OP therapiert werden

„Bei einem Bandscheibenvorfall denken viele direkt an einen operativen Eingriff“, erklärt Dr. Ködel. „Dabei ist eine OP in den meisten Fällen gar nicht nötig, besonders, wenn keine extremen neurologischen Ausfälle wie Taubheitsgefühle und Muskelschwäche auftreten“.

Strikte Bettruhe sei nach einem Bandscheibenvorfall übrigens meistens genau das Falsche, so Ködel weiter. „Sinnvoller sind gezielte Entspannungsübungen und grundsätzlich eine Stärkung von Muskeln und Knochen.“ Auch der Einsatz von schmerzlindernden Medikamenten sei zu Beginn der Behandlung sinnvoll für eine rasche und nachhaltige Genesung, erklärt der Mediziner.

Damit nach dem Bandscheibenvorfall nicht vor dem Bandscheibenvorfall ist, legt Dr. Ködel großen Wert auf eine langfristige Prophylaxe: „Auch, wenn die Symptome abgeklungen sind, sollte man weiter aktiv bleiben. Die passenden Übungen dafür lernen Patientinnen und Patienten bei uns im Amper Vital.“ Bei der Krankengymnastik am Gerät oder im Fitnessbereich können dort gezielt die Rücken- und Bauchmuskulatur durch ein spezielles Training gestärkt werden, um die Wirbelsäule zu stabilisieren, erklärt der Dachauer Chefarzt.

Für Katharina Stark steht fest: „Dr. Ködel hat Wunderhände. Ich bin unwahrscheinlich froh und dankbar, dass ich für die Behandlung zu ihm gekommen bin.“ Um von dem stechenden Schmerz nicht noch einmal überrascht zu werden, trainiert Stark auch über Ihre Behandlung hinaus im Fitness- und Gesundheitszentrum Amper Vital. Wie allen Kundinnen und Kunden stehen ihr dort immer Sporttherapeutinnen und Sporttherapeuten zur Seite.

Bildunterschrift: Physiotherapeutin Nicole Röschmann, Katharina Stark und Chefarzt Dr. Wolfgang Ködel (v.l.) © Helios

Die vier Helios Kliniken in Oberbayern an den Standorten München, Dachau und Markt Indersdorf sind akademische Lehrkrankenhäuser der Ludwig-Maximilians-Universität München und verfügen zusammen über 49 Fachabteilungen und 1.088 Betten. Jedes Jahr vertrauen rund 42.000 stationäre Patientinnen und Patienten der Erfahrung und Expertise der mehr als 2.500 Beschäftigten. Rund 83.000 Menschen werden darüber hinaus ambulant behandelt.

Helios ist Europas führender privater Gesundheitsdienstleister mit 127.000 Mitarbeitenden. Zum Unternehmen gehören unter dem Dach der Holding Helios Health die Helios Gruppe in Deutschland sowie Quirónsalud in Spanien und Lateinamerika. Rund 26 Millionen Menschen entscheiden sich jährlich für eine medizinische Behandlung bei Helios. 2023 erzielte das Unternehmen einen Gesamtumsatz von mehr als 12 Milliarden Euro.

In Deutschland verfügt Helios über mehr als 80 Kliniken, rund 230 Medizinische Versorgungszentren (MVZ) mit etwa 600 kassenärztlichen Sitzen, sechs Präventionszentren und 27 arbeitsmedizinische Zentren. Jährlich werden in Deutschland rund 5,5 Millionen Menschen behandelt, davon mehr als 4 Millionen ambulant. Helios setzt seit seiner Gründung auf messbare, hohe medizinische Qualität sowie Transparenz der Daten und ist bei 88 Prozent der Qualitätsziele besser als der bundesweite Durchschnitt. In Deutschland beschäftigt Helios rund 78.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2023 einen Umsatz von rund 7,3 Milliarden Euro. Sitz der Unternehmenszentrale ist Berlin.

Quirónsalud betreibt 58 Kliniken, davon acht in Lateinamerika, über 100 ambulante Gesundheitszentren sowie rund 300 Einrichtungen für betriebliches Gesundheitsmanagement. Jährlich werden hier rund 20 Millionen Patient:innen behandelt, davon mehr als 19 Millionen ambulant. Quirónsalud beschäftigt 49.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2023 einen Umsatz von rund 4,8 Milliarden Euro.

Helios gehört zum Gesundheitskonzern Fresenius.

Pressekontakt:

Martin Pechatscheck

Pressesprecher, Helios Kliniken Oberbayern

Telefon: +49 (0)162 262 57 49

E-Mail: martin.pechatscheck@helios-gesundheit.de