

Patienteninformation: Unspezifische Rückenschmerzen

Informationsserie für Patientinnen und Patienten



Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:

Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK)
Stubenring 1, 1010 Wien

Verlags- und Herstellungsort: Wien

Verfasser: Gesundheit Österreich GmbH

Copyright Titelbild: © istockphoto, fizkes
Wien, 2022

Alle Rechte vorbehalten:

Jede kommerzielle Verwertung (auch auszugsweise) ist ohne schriftliche Zustimmung des Medieninhabers unzulässig. Dies gilt insbesondere für jede Art der Vervielfältigung, der Übersetzung, der Mikroverfilmung, der Wiedergabe in Fernsehen und Hörfunk, sowie für die Verbreitung und Einspeicherung in elektronische Medien, wie z. B. Internet. Im Falle von Zitierungen im Zuge von wissenschaftlichen Arbeiten sind als Quellenangabe „BMSGPK“ sowie der Titel der Publikation und das Erscheinungsjahr anzugeben. Es wird darauf verwiesen, dass alle Angaben in dieser Publikation trotz sorgfältiger Bearbeitung ohne Gewähr erfolgen und eine Haftung des BMSGPK und der Autorin / des Autors ausgeschlossen ist. Rechtausführungen stellen die unverbindliche Meinung der Autorin / des Autors dar und können der Rechtsprechung der unabhängigen Gerichte keinesfalls vorgreifen.

Quelle: BMSGPK (2020): Qualitätsstandard Unspezifischer Rückenschmerz.

Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, Wien
Die Inhalte dieser Patienteninformation basieren auf genanntem Qualitätsstandard, der auf der Website des BMSGPK abrufbar ist: <https://www.sozialministerium.at>

Eine **inhaltliche Prüfung** erfolgte unter anderem durch Expertinnen und Experten für physikalische Medizin und Rehabilitation, Anästhesie und allgemeine Intensivmedizin sowie durch die Österreichische Gesellschaft für Allgemein- und Familienmedizin (ÖGAM).

Die **Lesbarkeit und Verständlichkeit** dieser Patienteninformation wurde unter anderem vom Bundesverband Selbsthilfe Österreich, vom Österreichischen Behindertenrat und von der Österreichischen Plattform Gesundheitskompetenz (ÖPGK) geprüft.

Unspezifische Rückenschmerzen

Das Wichtigste auf einen Blick

- Die Diagnose und die Behandlung von Rückenschmerzen sollen auf bester wissenschaftlicher Grundlage erfolgen. Die genau vorgegebenen Behandlungsschritte wurden mit Fachexpertinnen und Fachexperten erarbeitet und sind in einem Qualitätsstandard festgeschrieben.
- Die Hausärztin oder der Hausarzt ist die zentrale Ansprechperson und koordiniert alle Behandlungsschritte.
- Sie oder er führt mit der Patientin oder dem Patienten ein Erstgespräch, nimmt eine ausführliche Erstuntersuchung vor und bewertet die Ausgangslage. Auf dieser Basis werden die Behandlungsschritte eingeleitet.

Was sind unspezifische Rückenschmerzen?

Unspezifische Rückenschmerzen liegen vor, wenn keine eindeutige gravierende körperliche Ursache für die Schmerzen erkennbar ist.

Wie werden unspezifische Rückenschmerzen diagnostiziert?

Die Diagnose „unspezifische Rückenschmerzen“ wird nach einer ärztlichen Erstuntersuchung gestellt. Dabei werden auch mögliche Ursachen und Risiken, z. B. Fehlhaltungen und Fehlbelastungen am Arbeitsplatz oder psychische Belastungsfaktoren, sowie Beschwerden besprochen. Bei unspezifischen Rückenschmerzen besteht kein Verdacht auf schwerwiegende Erkrankungen, wie zum Beispiel auf einen Bandscheibenvorfall, Verletzungen an der Wirbelsäule, bakterielle Infektionen, Beeinträchtigungen des Nervensystems oder Tumore.

Was bedeutet abgestufte Versorgung?

Patientinnen und Patienten mit unspezifischen Rückenschmerzen werden nach einem „abgestuften Versorgungskonzept“ betreut. Das soll sicherstellen, dass sie zum richtigen Zeitpunkt am richtigen Ort behandelt und versorgt werden. In der Regel umfasst das Versorgungskonzept drei Ebenen:

- Basisversorgung bei der Hausärztin oder beim Hausarzt
- spezialisierte Versorgung bei der Fachärztin oder beim Facharzt
- hochspezialisierte Versorgung durch ein Betreuungsteam

Eine standardisierte Dokumentation relevanter Patienten- und Behandlungsdaten ist erforderlich, damit die betreuenden Personen in allen Versorgungsebenen koordiniert zusammenarbeiten können und damit alle die gleichen Informationen haben. Die Hausärztin oder der Hausarzt übernimmt in der Regel den Informationsaustausch. Mit dem Austausch der Gesundheitsdaten muss die Patientin oder der Patient natürlich einverstanden sein.

Basisversorgung bei der Hausärztin oder beim Hausarzt

In der Regel ist die Hausärztin oder der Hausarzt die zentrale Ansprechperson bei Rückenschmerzen. Am Anfang der Betreuung führt die Ärztin oder der Arzt ein ausführliches Gespräch mit der Patientin oder dem Patienten, untersucht den Körper und berücksichtigt die individuelle Situation. Die Diagnose unspezifische Rückenschmerzen wird gestellt, wenn keine Hinweise auf eine schwerwiegende Erkrankung bzw. auf spezifische Ursachen gefunden werden können, wie zum Beispiel ein Bandscheibenvorfall, Verletzungen an der Wirbelsäule, bakterielle Infektionen, Beeinträchtigungen des Nervensystems oder Tumore.

Auf Basis von Beschwerden, möglichen Ursachen, psychosozialen und arbeitsplatzbezogenen Faktoren legt die Ärztin oder der Arzt gemeinsam mit der Patientin oder dem Patienten einen Behandlungsplan fest. Dieser kann beispielsweise eine Bewegungstherapie oder medikamentöse Therapie beinhalten.

Ganz wesentlich ist die ärztliche Aufklärung der Patientin oder des Patienten über die Erkrankung und ihren Verlauf und die Information darüber, wie man diese positiv beeinflussen kann. Besonderes Augenmerk wird auf die körperliche Aktivität und auf

einen gesundheitsfördernden Lebensstil gelegt. In regelmäßigen, relativ kurzen Abständen überprüft die Ärztin oder der Arzt, ob die Therapie erfolgreich verläuft. Falls notwendig, wird dann der Behandlungsplan angepasst.

An der Behandlung der Schmerzen können auch weitere Personen verschiedener Gesundheitsberufe beteiligt sein. Die Diagnosestellung selbst und die Einleitung von Behandlungsmaßnahmen können und dürfen jedoch nur von einer Ärztin oder von einem Arzt erfolgen. Bei der Hausärztin oder beim Hausarzt können die notwendigen koordinierenden Tätigkeiten (z. B. Terminkoordination) übernommen werden.

Zeigen die in der Basisversorgung veranlassten Behandlungsmaßnahmen, wie z. B. medikamentöse oder physikalische Therapie, nach 6 Wochen keinen oder einen zu geringen Therapieerfolg, wird die Patientin oder der Patient mit unspezifischen Rückenschmerzen in der Regel an eine spezialisierte Versorgung überwiesen.

Spezialisierte Versorgung bei der Fachärztin oder beim Facharzt

Die spezialisierte Versorgung besteht in der Regel aus einer fachärztlichen Betreuung. Bei Bedarf werden weitere Personen anderer Gesundheitsberufe hinzugezogen. Die Fachärztin oder der Facharzt können eine weitere Diagnostik, beispielsweise durch bildgebende Verfahren, veranlassen oder eine weiterführende Therapie einleiten.

In manchen Fällen kann die Behandlung in der spezialisierten Versorgung auch nach mehr als 12 Wochen zu keinem oder zu einem zu geringen Therapieerfolg führen. Es kann auch vorkommen, dass die Patientin oder der Patient aufgrund der persönlichen Situation unter alltagsrelevanten Aktivitätseinschränkungen leidet.

In so einem Fall kann die erkrankte Person zu einer hochspezialisierten Versorgung durch ein multiprofessionelles Betreuungsteam überwiesen werden. Ist eine hochspezialisierte Versorgung aus verschiedenen Gründen jedoch nicht notwendig, kann eine fachärztliche Behandlung auch länger als 12 Wochen dauern.

Hochspezialisierte Versorgung durch ein Betreuungsteam

In der hochspezialisierten Versorgung werden die Beschwerden der betroffenen Person bei einem sogenannten interdisziplinären Assessment möglichst umfassend und ganzheitlich beurteilt. Eine weiterführende Diagnostik kann erforderlich sein. Bei einer gemeinsamen Fallkonferenz betrachten Fachärztinnen und Fachärzte mit Personen anderer Berufsgruppen die Ausgangssituation der Patientin oder des Patienten. Gemeinsam wird dann entschieden, welche verschiedenen Methoden zur weiteren Behandlung eingesetzt werden. Das können beispielsweise kleinere Eingriffe (invasive Verfahren) oder eine abgestimmte Schmerzbehandlung in Verbindung mit Bewegungsmaßnahmen und einer psychotherapeutischen Unterstützung sein.

Langzeitbetreuung/Nachsorge

Wenn sich bei einer Patientin oder einem Patienten die Rückenschmerzen zu einem chronischen oder wiederkehrenden Krankheitsgeschehen entwickelt haben, ist eine Langzeitbetreuung erforderlich. Das bedeutet, dass regelmäßige Verlaufskontrollen, gegebenenfalls eine Anpassung der Therapie oder eine rasche ärztliche Versorgung bei einer möglichen akuten Verschlimmerung der Beschwerden gewährleistet sein müssen.

Die Ordination der betreuenden Ärztin oder des betreuenden Arztes sowie weitere betreuende Personen anderer Berufsgruppen sollen für Betroffene möglichst gut erreichbar sein.

Wann wird eine bildgebende Diagnostik veranlasst?

Mit bildgebender Diagnostik sind beispielsweise ein Röntgen, eine CT (Computertomografie) oder eine MRT (Magnetresonanztomografie) gemeint. Sie dienen dazu, bei der Aufklärung der Ursache von Rückenschmerzen zu unterstützen. Wenn bildgebende Verfahren keinen wesentlichen Beitrag zur Diagnosefindung leisten können, sollen sie vermieden werden. Für eine Patientin oder einen Patienten mit Rückenschmerzen wird nur dann eine bildgebende Diagnostik veranlasst, wenn ein Verdacht auf eine schwerwiegende Erkrankung (z. B. Wirbelbruch) besteht.

Sollten die Rückenschmerzen trotz Therapie nach 4 bis 6 Wochen nach Symptombeginn noch weiter bestehen, werden Ärztinnen und Ärzte prüfen, ob eine bildgebende Diagnostik neue Erkenntnisse liefern kann.

Was können Sie als Patientin oder Patient selbst beitragen?

- Berichten Sie beim Gespräch mit der Ärztin oder dem Arzt ausführlich und wahrheitsgetreu über Ihre Beschwerden. Falls Sie einen Verdacht haben, warum Sie unter diesen Beschwerden leiden, teilen Sie dies im Arztgespräch mit.
- Fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt, wenn Ihnen etwas unklar ist.
- Halten Sie die Behandlungen ein, die Ihnen verordnet werden.
- Setzen Sie die empfohlenen Maßnahmen Ihrer Ärztin oder Ihres Arztes in Ihrem Alltag bestmöglich um, wie beispielsweise Bewegungsempfehlungen.
- Arbeiten Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt zusammen, wenn es darum geht, Ihre Rückenschmerzen zu behandeln.

Warum gibt es einen Qualitätsstandard Unspezifischer Rückenschmerz?

Die vorliegende Patienteninformation basiert auf dem Qualitätsstandard Unspezifischer Rückenschmerz.

Patientinnen und Patienten sollen eine optimale medizinische Versorgung erhalten. Um dies zu erreichen, gibt der Qualitätsstandard Unspezifischer Rückenschmerz österreichweit einheitliche Standards zur Vorgangsweise bei unspezifischen Rückenschmerzen vor. Diese legen fest, wie bei unspezifischen Rückenschmerzen vorgegangen werden soll, wann welche Untersuchungen stattfinden, welche Risikofaktoren miteinbezogen werden müssen und wann eine Überweisung zu einer spezialisierten oder hochspezialisierten Versorgung erfolgt.

Der Qualitätsstandard Unspezifischer Rückenschmerz richtet sich vor allem an Gesundheitsdienstleister:innen, die Patientinnen oder Patienten mit unspezifischen Rückenschmerzen versorgen und für die Einleitung von Behandlungsmaßnahmen zuständig sind. Durch die Vorgaben im Qualitätsstandard soll die Qualität der Behandlung und die Sicherheit von Patientinnen und Patienten bei der Behandlung gewährleistet werden.

Weitere Informationen zum Qualitätsstandard finden Sie auf der Website des Sozialministeriums:

<https://www.sozialministerium.at/>

Weitere Informationen zum Thema Rückenschmerzen finden Sie im Gesundheitsportal:

<https://www.gesundheit.gv.at/>

**Bundesministerium für
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz**

Stubenring 1, 1010 Wien

+43 1 711 00-0

[sozialministerium.at](https://www.sozialministerium.at)