

Frage von kempa: Rückenschmerzen, Gesäßschmerzen und Taubheit in den Zehen. Was kann das sein ?

Link: <http://www.imedo.de/community/questions/show/6496-rueckenschmerzen-gesaessschmerzen-und-taubheit-in-den-zehen-was-kann-das-sein>

von [Atlantis123](#) ♂

Hallo "kempa",

ich würde mir schnellstens eine Überweisung beim Hausarzt holen und damit zum **Neurologen** gehen, denn evtl. ist ein Nerv eingeklemmt - es könnte vielleicht auch ein **Orthopäde** zuständig sein, aber vorrangig bleibe ich dabei: Zum **Neurologen** schnellstmöglichst, denn es könnte Deiner Beschreibung nach auch etwas sein, was mir passiert ist und bis zur Querschnittslähmung führte.

Lass Dich aber nicht beunruhigen: Bei Dir kann es eine völlig andere Ursache sein!

Ich wünsche Dir, dass Du sehr schnell einen Termin bei einem **Neurologen** und bei Bedarf dann auch für ein **MRT** bekommst. Ansonsten wünsche ich Dir alles Gute und vor allem natürlich gute Besserung!

Helmut 

von [Hagelstein](#) ♂

Auf diesen Einzeiler eine aussagekräftige Antwort geben zu können ist sehr. Doch als erstes fällt mir bei dieser Kurzbeschreibung ein Bandscheibenvorfall ein. Meist sitzen die Rückenschmerzen dann im Lendenwirbelbereich (also da, wo man naturgemäß ein leichtes Hohlkreuz (Lordose) hat). Eine verschobene oder gerissene Bandscheibe kann dann gegen die Nervenwurzeln drücken, die das Rückenmark mit den Nerven der Beine verbinden und so Schmerzen und Taubheitsgefühle auslösen. In jedem Fall solltest Du mit diesen Beschwerden zum Orthopäden gehen, um Schlimmeres abzuwenden.

von [bermibs](#) ♂

Hallo kempa,

ich halte den Bandscheibenvorfall auch für wahrscheinlich. Die Symptome sprechen für die Bandscheibe L4/L5. Ich hatte vor knapp zwei Jahren ähnliche bis gleiche Symptome. Bei mir fehlten aber die Rückenschmerzen. Ein Jahr lang wurde ich trotzdem auf Bandscheibe behandelt bis dann endlich eine andere Orthopädin die richtige Ursache gefunden hat: Piriformissyndrom. Dieser Muskel drückt den Ischiasnerv durch Dauerkontraktion gegen den Knochen und verursacht die gleichen Schmerzen wie ein Bandscheibenvorfall außer Rückenschmerzen.

Auf jeden Fall ist schnellstens qualifizierte Hilfe durch einen guten Orthopäden und Physiotherapeuten erforderlich, um eine drohende Bandscheiben-OP noch abwenden zu können. Sollte irgendwann das ganze Bein taub werden, ist meistens eine OP nicht mehr zu verhindern. Deshalb ist Eile geboten.

Ich wünsche Dir alles Gute.
bermibs

von [Atlantis123](#) ♂

Hallo "Hagelstein" und "bermibs",

ich stimme Euch in der Weise zu, dass sich bei mir aufgrund des "Einzeilers" auch der Verdacht hinsichtlich eines Bandscheibenvorfalles gemeldet hat. Mir war's aber einfach nicht hinreichend bzw. ausreichend beschrieben, um gleich eine feste Diagnose in Form eines Bandscheibenvorfalles reinzustellen:

Die Diagnose wollte ich dann doch lieber den entsprechenden Fachärzten überlassen! 😞

Helmut 😊

von [Redschnecke](#) ♀

Mein erster Gedanke war auch ein Bandscheibenvorfall.

Ich würde aber nicht auf einen Termin (u.U. in vielen Wochen!!!) vertrauen, sondern schleunigst zur Notaufnahme des nächsten Krankenhauses gehen. Lähmungserscheinungen sind ein triftiger Grund!

Meinem Mann ging es auch mal ähnlich, man bot ihm in der Rettungsstelle gleich eine OP zwei Tage später an, worauf er aber verzichtete. Mit gezielter Gymnastik (auch im Wasser) hat sich alles wieder zurückgebildet.

von [bermibs](#) ♂

Vielleicht noch eine Ergänzung zur [Physiotherapie](#)/Gymnastik:

Nach meiner Auffassung und eigenem [Erleben](#) sind für die langfristige Stabilisierung der Wirbelsäule/Bandscheiben drei [Faktoren](#) von entscheidender Bedeutung:

1. Gesunde und ausgewogene Ernährung
2. Rückengerechte [Bewegung](#) und maßvoller Sport

und aus persönlicher Erfahrung

3. Stabilisierung der Bandscheiben durch aktive [Knorpelregeneration](#) mit den körpereigenen Bio-Stoffen Glucosamin und Chondroitin im therapeutischen Bereich (ab 1500 mg Glucosamin und 1200 mg Chondroitin); das in der Regel ab 40-stem Lebensjahr, da der Körper ab diesem [Alter](#) die Knorpelregeneration nicht mehr allein vollständig leisten kann (siehe "Alterschrumpfung"). Bei völliger Beschwerdefreiheit sind 1000/800 mg zur [Prophylaxe](#) ausreichend.

Ich konnte nach einjähriger Einnahme meine ständigen Rückenschmerzen durch die verschlissene [Bandscheibe](#) L4/L5 vollständig beseitigen. Unter dem MRT wurde nachgewiesen, dass mein Körper mit Hilfe dieser Substanzen als ersten Schritt eine gleichmäßige Rundumvorwölbung an besagter Bandscheibe gebildet und sie damit stabilisiert hat. Zweimal die Woche Rückensport im Gesundheitsstudio und ausgewogene Ernährung sind natürlich auch angesagt.

von [clini](#) ♀

wie geht es dir? warst du nun schon beim neurologen oder beim orthopäden?
würde mich interessieren, wie die diagnose ist!

von [Atlantis123](#) ♂

Hallo "clini",

Du wirst leider vergeblich auf eine Antwort von "kempa" warten müssen:

Wenn Du mit Deiner Maus über ihr "Foto" (besser "Avatar" oder "Platzhalter") oben links neben ihrem Beitrag vom 19.02.2009 gehst, siehst Du, dass das Profil inzwischen bereits nicht mehr anklicken lässt. Wahrscheinlich hat "kempa" IMEDO verlassen und das Profil deaktiviert; jedenfalls wird man hier unter dem alten Namen bei IMEDO nichts mehr von ihr hören. 😞

Schade, wenn man nach so vielen Beiträgen keine Rückmeldung mehr bekommen kann!

Ciao.....Helmut 😞

von [clini](#) ♀

hallo helmut,
danke dir für die info.schade hätte mich schon sehr inter...
naja, vielleicht findet sich doch noch jemand, der das gleich bzw. ein ähnliches problem hat um sich dann aus zu tauschen

grüße clini

von [MichaelD51](#) ♂

Hallo zusammen,

habe Eure Statements mit großem Interesse gelesen, plagen mich doch seit 2 Jahren ähnliche Schmerzen: gegen Abend Schmerzen aus den untersten Teilen der Wirbelsäule bis ins linke Gesäß. Schmerzen, die sich anfühlen, als ob jemand ein Messer in den Po sticht. Kommen alle 10-15 Sekunden, schwellen an, verweilen 1-2 Sekunden auf hohem Niveau und klingen dann wieder ab.

Schmerzmittel - keine Chance. Wärmflasche - null. Salben - ohne Wirkung.

MRT wurde gemacht, KEIN Bandscheibenvorfall, bin beim Orthopäden in Behandlung. Spritzen in den "verursachenden" Bereich (5x), 3 Transfusionen (ohne bleibende Reaktion).

Habe starkes Hohlkreuz. Was kann ich machen? Wer kann mir helfen? Meine Lebensqualität leidet abends ziemlich stark. Bettruhe meist erst ab 2 Uhr. Zum Glück erfolgreich selbständig, deshalb zeitlich nicht eingeschränkt.

Allen ähnlich Belasteten wünsche ich ebenfalls schnelle Hilfe.

LG Michael

von [bermibs](#) 

Hallo Michael,

es liegt ja offensichtlich kein Bandscheibenvorfall vor. Hast Du Dich schon einmal auf Piriformi-syndrom untersuchen lassen? Das habe ich seit fast zwei Jahren und wurde das erste Jahr falsch diag-nostiziert und dem zu Folge falsch behandelt (alles nur in Richtung [Bandscheibe](#)).

Es gibt drei wesentliche Symptome/Merkmale:

- nach innen eingedrehtes Bein
- Schmerzen im Gesäß bei seitlichem Spreizen des Beines, insbesondere gegen [Widerstand](#)
- auf eine Liege legen und die ausgestreckten Beine/Füße locker nach außen kippen lassen - das ge-sunde Bein kippt fast vollkommen ab, dagegen bleibt der Fuß des kranken Beines fast senkrecht stehen

[Ursache](#) ist eine [Verspannung](#)/Dauerkontraktion des [Piriformis](#) mit entsprechendem [Druck](#) auf den Is-chiasnerv und den bekannten Schmerzen. Das kann runter bis in die Zehen gehen.

Bei mir kam noch dazu, dass ich nachts bei rechtsseitigem Liegen vollkommen schmerzfrei war. Rü-ckenlage und links war nicht möglich.

Hier noch ein Link zum Nachlesen:

<http://iq.lycos.de/qa/show/40041/Theapie-und-Dauer-des-Musculus-piriformis-syndrom/>

P.S.: Zum Piriformissyndrom habe ich auch eine [Gruppe](#) aufgemacht.

Liebe Grüße
bermibs