

Rückenschmerzen bekämpfen Teil 1

Von Rückenschmerzen ist sicher jeder von uns schon einmal geplagt worden. Meist sind sie harmlos und können selbst behandelt werden. Bessern sich die Beschwerden allerdings nicht innerhalb einiger Tage, sollte man doch beim Arzt die Ursache abklären lassen. Taubheitsgefühl oder gar Lähmungen sind ein Warnsignal und sollten möglichst rasch ärztlich behandelt werden. Gleiches gilt nach Unfällen oder heftigen Stürzen. In den allermeisten Fällen steckt Bewegungsmangel, langes Sitzen auf ungeeigneten Sitzmöbeln oder übermäßige oder einseitige Belastung dahinter, was zu Muskelverspannungen führen kann. In diesen Fällen ist eine Behandlung in Eigenregie möglich.

Laut der aktuellen Leitlinie sollten dazu entzündungshemmende Schmerzmittel wie Ibuprofen oder Diclofenac in Tablettenform bevorzugt werden, da für viele Schmerzsalben keine ausreichenden Studiendaten vorliegen. Im Alltag werden diese Schmerzsalben jedoch von den meisten Kunden den Tabletten vorgezogen, da auch der damit verbundene Massageeffekt als wohltuend empfunden wird. Außerdem nehmen viele Menschen nur ungern Schmerzmittel ein, weil sie den Magen nicht belasten wollen. Daher haben diese Produkte durchaus ihren Nutzen. Wichtig ist, dass sie in ausreichender Menge und so oft wie in der Packungsbeilage angegeben, aufgetragen und leicht einmassiert werden. Die Wirkstoffe Ibuprofen und Diclofenac sind für die topische Anwendung bei „Entzündungen der gelenknahen Weichteile und bei akuten Verletzungen des Bewegungsapparates“ zugelassen.

Beide Wirkstoffe haben lipophile Eigenschaften und können so die Hautbarriere überwinden. Damit dies schnell und in wirksamem



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engemann

Ausmaß geschieht, versucht man durch verschiedene Maßnahmen die Resorption zu verbessern. Dabei kommen bestimmte Salzverbindungen wie Diclofenac-Natrium oder Diclofenac-Diethylamin oder auch Lösungsvermittler wie Dimethylsulfoxid, Harnstoff oder Propylenglycol zum Einsatz.

Eine wichtige Rolle spielt dabei die Galenik der Produkte: Aus Emulsions- und Microgelen kann der Wirkstoff viel schneller und besser aufgenommen werden als aus „normalen“ Hydrogelen oder Cremes. Sie lindern Schmerzen daher schnell und effektiv. Unter Emulsionsgelen versteht man Produkte, bei denen der Wirkstoff in Öltröpfchen eingeschlossen ist. Diese wiederum sind in einer Polyacrylatgelmatrix dispergiert. Microgele enthalten winzige Mizellen, in denen der Wirkstoff eingeschlossen ist. Diese nur wenige Nanometer großen Mizellen können die Hornhaut gut durchdringen. Gele haben durch den hohen Wasseranteil eine kühlende Wirkung, die durch Zusatz von Alkoholen noch verstärkt wird. Dies wird besonders bei akuten Verletzungen als sehr angenehm empfunden.

**Ihr Apotheker
Dr. Lutz Engemann**