**Scheuermann Morbus (Morbus Scheuermann, Scheuermann-Krankheit)**

**Definition**



Beim Morbus Scheuermann handelt es sich um eine wachstumsbedingte, zunehmende Rundrückenbildung im Bereich der Brustwirbelsäule (BWS).

Häufig kommt es zu Wachstumsstörungen an den Wirbelkörpern mit Bandscheibenraum-Verschmälerungen, Keilwirbelbildungen sowie verstärkter Rundrückenbildung (Kyphose) während der Pubertät. Oft entsteht kompensatorisch im Bereich der Lendenwirbelsäule ein verstärktes Hohlkreuz (Hyperlordose).

Der M. Scheuermann zählt zu den häufigsten Wirbelerkrankungen. Die Krankheit tritt bei Jungen häufiger auf als bei Mädchen.

Mit Abschluss des Wachstums kommt die Erkrankung zum Stillstand; entstandene Schäden an den Knorpeln und den Wirbeln bleibend jedoch bestehen und sind nicht heilbar. Fehlstatiken und der verringerte Wirbelkörperabstand können im Erwachsenenalter zu erheblichen Schmerzen und Problemen führen.

## Ursachen

Der M. Scheuermann hat verschiedene Ursachen, die sich gegenseitig beeinflussen und bestärken können. Man unterscheidet dabei zwischen inneren (endogenen) und äusseren (exogenen) Faktoren:

* **Wachstumsstörung zwischen dem 11. und dem 17. Lebensjahr:** In dieser Zeit ist die [Wirbelsäule](http://www.sprechzimmer.ch/sprechzimmer/Gesundheit_Lexikon/Begriff.php?kwid=5-3) besonders anfällig für Fehlentwicklungen. Die Wirbelkörper wachsen hinten mehr als vorne, dadurch kommt es zur verstärkten Beugung in der Brustwirbelsäule. Zusätzlich bricht Bandscheibenmaterial in die Wirbelkörper ein, wodurch sich der Bandscheibenzwischenraum verringert. Die folgende Überbelastung der Wirbelsäule und der kleinen [Wirbelgelenke](http://www.sprechzimmer.ch/sprechzimmer/Gesundheit_Lexikon/Begriff.php?kwid=5-8) führen zu [Rückenschmerzen](http://www.sprechzimmer.ch/sprechzimmer/Symptome/Begriff.php?kwid=3-75).
* **Fehlbelastung:** Vermehrte Biegebelastung durch langes gebeugtes Sitzen (''Schneider-Buckel'', ''Lehrlingsbuckel'').

**Symptome (Beschwerden)**

* Im Anfangsstadium bereitet der M. Scheuermann selten Schmerzen. Gelegentlich kann es zu Bewegungseinschränkungen und zu rascher körperlicher Ermüdung kommen.
* Später entwickelt sich im Bereich der Brustwirbelsäule ein Rundrücken und häufig zur Entlastung - gleichzeitig eine verstärkte Vorwölbung der Lendenwirbelsäule. In diesem Stadium treten häufiger Schmerzen auf und die Belastbarkeit ist zunehmend eingeschränkt. Oftmals ist die Rückenmuskulatur verspannt.
* Das Endstadium ist gezeichnet durch die Deformation der Wirbelsäule, durch Fehlbelastungen und Abnutzungserscheinungen. Es kommt zu starken Schmerzen.

Aber: auch ausgeprägte Befunde auf dem Röntgenbild müssen nicht zwingend mit mehr Schmerzen oder einer vermehrten Einschränkung der Belastbarkeit einhergehen. Bei weniger ausgeprägten Krümmungen und Haltungsproblemen können zum Teil sogar stärkere Schmerzen bestehen.

**Diagnose (Untersuchung)**

* Krankengeschichte unter Einbezug der Beschwerden: die Diagnose kann anhand einer ersichtlichen Buckelstellung ev. bereits gestellt werden.
* Die endgültige Diagnose wird durch Röntgenaufnahmen der Wirbelsäule gestellt.
* Laboruntersuchungen zum Ausschluss anderer (z.B. rheumatischer) Erkrankungen.

## Therapie (Behandlung)

Ziel der Therapie ist die Entlastung der Wirbelsäule und dadurch Schmerzlinderung sowie eine Haltungsverbesserung.

### Allgemeine Massnahmen

* Anpassen der Arbeit (ev. Umschulung, kein stundenlanges, gebeugtes Sitzen)
* Anpassen der Sportarten; geeignet sind Sportarten ohne Stösse, Sprünge, Schläge, Stürze (z. B. Schwimmen, Gymnastik, Walking, Rudern, Gewichtheben etc.)
* Anpassen der Arbeitswerkzeuge (Stühle, Tische, Schreibtischplatten)

### Konservative Massnahmen (ohne Operation)

Ist das Wachstum noch nicht abgeschlossen, kann durch aktives, gezieltes Muskeltraining der Bauch- und Rückenmuskulatur eine Aufrichtung oder Streckung des Rundrückens bewirkt werden. Dies ist aber wie gesagt nur vor Abschluss des Wachstums möglich. Passiv kann ein Korsett oder spezielle Gipsanfertigungen die Wirbelsäule aufrichten. Beim Erwachsenen steht die muskuläre Stabilisation im Vordergrund.

### Folgende Verfahren können Linderung verschaffen:

* Krankengymnastik
* Sportgymnastik
* Physikalische Therapie (Ultraschall, Rotlicht, Elektrotherapie)
* Massagen
* Ergotherapie (vor allem Anpassungen im beruflichen Umfeld)
* Vermeidung von Übergewicht durch Ernährungsberatung

### Operation

Eine operative Aufrichtung der Wirbelsäule ist nur in extremen Ausnahmefällen (über 70° Beugewinkel) und bei starken, auf konservative Therapiemethoden resistenten Schmerzen angezeigt.

<http://www.sprechzimmer.ch/sprechzimmer/Krankheitsbilder/Scheuermann_Morbus.php>