

Pressemitteilung

Schmerzen im Kreuz:

Frauen in Hessen häufiger von Hexenschuss betroffen

Frankfurt, 12. März 2018 – Bei plötzlichen intensiven und starken Schmerzen im Rücken spricht der Volksmund gerne von einem Hexenschuss. Betroffen hat es im Jahr 2016 fast jeden vierten Hessen (24,2 Prozent). Diese Zahlen stammen aus dem aktuellen BARMER Arztreport 2018, der einen Überblick über die ambulant-ärztliche Versorgung gibt. „Dabei sind Frauen mit fast 27 Prozent deutlich häufiger betroffen als Männer (21,5 Prozent)“, sagt Norbert Sudhoff, Landesgeschäftsführer der BARMER in Hessen.

Ein Hexenschuss ist eine akute Muskelverspannung im Kreuz. Über die Gründe, weshalb Frauen häufiger betroffen sind, wird viel gemutmaßt: Von ungeeignetem Schuhwerk über eine schwächere Rückenmuskulatur bis zu Haltungsschäden durch einseitiges Handtaschen-Tragen. Dieses Phänomen kann aber auch ganz andere Gründe haben, weiß Dr. Ursula Marschall, leitende Medizinerin bei der BARMER: "Fest steht, dass Frauen ein stärkeres Gesundheitsbewusstsein als Männer haben und bei Beschwerden eher zum Arzt gehen." Dieses Ergebnis bestätigt auch der Arztreport. Frauen wiesen mit im Durchschnitt rund 21 Arztkontakten pro Jahr einen deutlich höheren Wert auf als Männer mit rund 15 Arztkontakten.

Schonhaltung vermeiden: Bewegung trotz Schmerzen

Ein Hexenschuss ist schmerzhaft, aber meist ungefährlich. Verantwortlich sind häufiges, langes Sitzen und Bewegungsmangel. Ärzte empfehlen daher trotz schmerzbedingter Unbeweglichkeit keine Bettruhe. Marschall: "Neben normalen Alltagsbewegungen können Wärme und auch rezeptfreie Schmerzmittel helfen." Vorbeugen können Rückentraining und Sportarten, die die Rückenmuskulatur stärken, wie Schwimmen oder Yoga.

BARMER

**Landesvertretung
Hessen**

Pressestelle

Erlenstraße 2 • 60325 Frankfurt

www.barmer.de/presse
www.twitter.com/BARMER_HE
presse@barmer.de

Brigitte Schlöter
Tel.: 0800 33 30 04 35 2230
brigitte.schloeter@barmer.de