

Rückenscreenings sind wichtig, um frühzeitig Haltungsschäden und Risikofaktoren für Rückenschmerzen zu erkennen. Sie ermöglichen präventive Maßnahmen, ergonomische Anpassungen und gezielte Übungen, um chronischen Beschwerden vorzubeugen und die Lebensqualität zu erhalten. Zudem fördern sie ein höheres Bewusstsein für Rücken- und Haltungsgesundheit und ermutigen zur Umsetzung gesunder Lebensgewohnheiten.

Symptome/Auffälligkeiten gefährdeter Personen:

- Rückenschmerzen
- Kopfschmerzen
- Nackenverspannungen
- Muskuläre Verspannungen durch ein erhöhtes Stresspensum
- Häufige Ausübung schwerer körperlicher Arbeit
- Überwiegendes Arbeiten im Sitzen
- Fehlhaltungen/ungünstige Körperhaltung im Alltag

Was wird untersucht?

Die Untersuchung der Wirbelsäule umfasst die Beurteilung auf Verkrümmungen, Fehlstellungen und mögliche Blockaden durch Sicht- und Tastuntersuchung. Dabei werden folgende Aspekte analysiert:

- Analyse der Körperstatik (Ungleichgewichte/Fehlstellungen)
- Störungen des Wirbelsäulenprofils (Krümmungen der Wirbelsäule/abweichende Profile)
- Skoliose (Feststellung von seitlichen Verkrümmungen)
- Schulter- und Beckenschiefstand (Asymmetrien/muskuläre Dysbalancen)
- Beinlängendifferenz
- Lumbale Hyperlordose (übermäßige Krümmung der Lendenwirbelsäule)
- Thorakale Hyperkyphose (übermäßigen Krümmung der Brustwirbelsäule)
- Oberkörperüberhang (Vorneigen oder Überhang des Oberkörpers)
- Flachrücken (reduzierte Krümmung der Wirbelsäule)
- Psychosomatische Faktoren (emotionale/psychische Belastungen können Muskelverspannungen/Wirbelsäulenbeschwerden verursachen)

Umsetzung des Screenings:

- Dauer pro Teilnehmenden: 15 min
- Untersuchungszahl: bis zu 32 Untersuchungen pro Tag
- Erforderlicher Raum: Ein separates Zimmer (ca. 15 - 20 m²) mit Sichtschutz und einem abgetrennten Bereich zum ungestörten Ent- und Bekleiden (z.B. durch eine Trennwand).
- Die Bereitstellung einer Untersuchungsliege sowie Liegenpapier ist empfehlenswert.
- Die Untersuchungen werden von einer Orthopädin/einem Orthopäden durchgeführt.
- Die Datenerfassung erfolgt anonym.

Dokumentation:

- Jeder Teilnehmende wird sofort individuell ärztlich beraten. Bei behandlungsbedürftigen Befunden erhält die Teilnehmerin/der Teilnehmer eine Empfehlung zur Weiterbehandlung bei einer Fachärztin/einem Facharzt.
- Als Auftraggeberin/Auftraggeber erhalten Sie wenige Tage nach dem Screening eine graphisch aufbereitete, anonymisierte Auswertung der Ergebnisse (Übersicht über Alter und Geschlecht, Zusammenfassung der Untersuchungsergebnisse absolut und relativ).