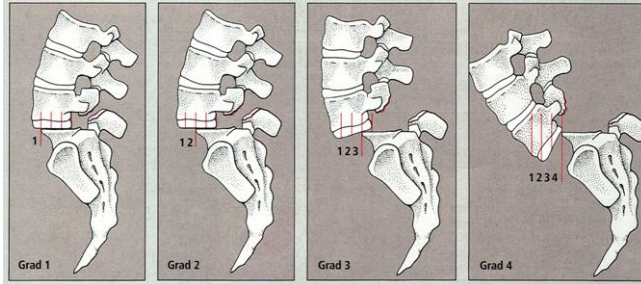


Spondylolisthesis

Im allgemeinen Sprachgebrauch auch „[Wirbelgleiten](#)“ genannt. Es handelt sich um ein Gleiten eines Wirbelkörpers mit seinen Bogenwurzeln, Querfortsätzen und oberen Gelenkfortsätzen (und damit auch mit der darübergelegenen Wirbelsäule) über den nächst tieferen Wirbel nach vorne. Die [Häufigkeit in der Gesamtbevölkerung beträgt 4-8%](#). Vermehrt bei Leistungssportlern mit starker Belastung der Lendenwirbelsäule (Speerwerfer 50%, Judokas, Kunstturner, Ringer 25%). Bei 80% aller Erkrankten ist der 5.Lendenwirbel betroffen ([L5/S1](#)), bei 15% der 4.Lendenwirbel ([L4/L5](#)).



Voraussetzung für das echte Wirbelgleiten ist eine [Spaltbildung \(Spondylolyse\)](#) im Bereich des Wirbelbogens (5-7% der weißen Rasse, bei Eskimos am häufigsten 40%). Die Spondylolyse kann sich aufgrund einer Fehlentwicklung des Wirbelbogens (genetische Faktoren), nach einem Unfall oder als Ermüdungsbruch

entwickeln. Häufig kombiniert mit Übergangsstörungen, z.B. ein nicht geschlossener Wirbelbogen ([Spina bifida](#)). [Einteilung nach Schweregrad des Wirbelgleitens](#) (Grad 1-4 nach [Meyerding, 1932](#), siehe Grafik).

Therapie: Schmerzlinderung, bzw. -reduktion. Verhinderung der Zunahme des Wirbelgleitens. Beseitigung evtl. vorhandener neurologischer Symptome. [Krankengymnastik](#) und [Manuelle Therapie](#) zur Stärkung der Rückenmuskulatur und zum Erhalt der Beweglichkeit der betroffenen Wirbelsäulenabschnitte ist der wesentliche Bestandteil der Therapie. Weitere Behandlungsmaßnahmen sind [Wärmeanwendungen](#) (Heissluft, Fango), [Massagen](#), [Extensionen](#), [Elektrotherapie](#), T.E.N.S., oder [Akupunktur](#). Beseitigung von Überbelastungen im Bereich der Wirbelsäule. Berufsberatung. Kein schweres Heben oder Tragen von Lasten. Vermeidung von gebückten Tätigkeiten oder stauchenden Belastungen. Begleitende Maßnahmen wie Gewichtsreduktion, regelmäßige sportliche Aktivität: Fitness, Gymnastik, Pilates, Yoga, Schwimmen, etc.

Prognose: Der Verlauf der Erkrankung ist meist günstig, schwere Verlaufsformen sind selten. [Der Gleitvorgang kann spontan in jedem Stadium zum Stillstand kommen](#). Mit zunehmendem Gleiten steigt die Wahrscheinlichkeit des Auftretens von Beschwerden, Funktionsstörungen und neurologischen Symptomen. [Hilfsmittelverordnung](#) (Korsett, Mieder, Lumbalbandage mit Klettverschlüssen). Nur in vereinzelt Fällen ist eine [Operation](#) notwendig (instrumentierte Wirbelversteifung, sog. [Spondylodese](#) mit oder ohne Reposition, Fixateur interne, interkorporelle Metallimplantate, zusätzliche Knochentransplantation, dorsale, ventrale oder ventrodorsale OP-Verfahren).

