

# »Kenntnisse in der Männermedizin sind für uns Orthopäden sinnvoll«

## Osteoporose kann durch Testosteronmangel bedingt sein, Erektionsstörungen durch Rückenschmerzen: Der Orthopäde Dr. Michael Sauer aus Speyer hat sich zum Männerarzt weitergebildet

Dr. Michael Sauer (siehe auch Gespräch auf Seite 6 und 7) sieht als Orthopäde den ganzen Menschen. Viele Krankheitsbilder seien Ausdruck einer Störung des Wunderwerks Mensch, so seine Überzeugung. So ist es dem Orthopäden mit Schwerpunkt Männermedizin auch wichtig, in der Behandlung Zusammenhänge zu erkennen: auf medizinischer Ebene gleichsam wie bei der Lebensführung.

### Sie sind Orthopäde und bezeichnen sich auch als Männerarzt? Können Sie das ein wenig erklären?

Ich habe das Curriculum Männermedizin absolviert, weil ich als Orthopäde oft Ansprechpartner für Männer bin in Fragen, die über die reine Orthopädie hinausgehen. So kann etwa Osteoporose (Erkrankung des Skeletts, bei dem die Knochen an Festigkeit verlieren und leichter brechen) beim Mann durch einen Testosteronmangel (mit)bedingt sein. Rückenschmerzen können eine erektile Dysfunktion (mit)verursachen. Umgekehrt kann eine Erektionsstörung zu Verspannungen und Rückenschmerzen führen. Dies sind aber nur zwei Beispiele, die zeigen, dass Kenntnisse in der Männermedizin auch für uns Orthopäden sinnvoll sind, um dann einen „Rückenpatienten“ gemeinsam mit einem Urologen ganzheitlich zu therapieren.

### Rückenschmerzen können also auch Erektionsstörungen bedingen. Wieso eigentlich genau?

In der Praxis sieht man gestresste, untrainierte Patienten ab Mitte 30, die bei entsprechender Nachfrage, zum Beispiel über den männermedizinischen Fragebogen, auch über Erektionsprobleme klagen. Ursache können einfach nur Schmerzen sein, die durch muskuläre Verspannungen bedingt sind. Aber umgekehrt verstärkt das „männliche Versagen“ auch die Anspannung und verstärkt als zusätzlicher Stressfaktor die muskulären



*Dr. Michael Sauer ist seit 2006 Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Mann und Gesundheit. Mehr über ihn und seine Praxis lesen Sie unter [www.viasana-speyer.de](http://www.viasana-speyer.de)*

Verspannungen. Selbstverständlich können aber auch nervale Schäden bei Bandscheibenvorfällen für eine Impotenz verantwortlich sein. Hier können wichtige Nervenbahnen eingequetscht sein und dadurch in ihrem Fluss unterbrochen. Dies gilt es für den Facharzt zu differenzieren.

## Worin liegen die häufigsten Beschwerden, wenn jemand „Rücken“ hat? Sind das oft die Bandscheiben, oder ist das eher ein Mythos?

Bei weit über 90 Prozent der Rückenschmerzpatienten sind muskuläre Probleme die Schmerzursache. Computerarbeit, Fehlernährung und Bewegungsmangel spielen häufig eine Rolle. Nur etwa fünf Prozent der Rückenpatienten haben einen behandlungsbedürftigen Bandscheibenvorfall.

## Schauen wir nochmal auf die Bandscheiben. Warum können diese knorpelhaltigen Gebilde mit gallertartigem Kern eigentlich so schmerzen?

Die Bandscheiben selbst schmerzen nicht. Die Bandscheibe ist eine knorpelähnliche Struktur, die einreißen kann. Dabei tritt dann Gewebe aus dem Verbund und kann auf die unmittelbar benachbart gelegenen neuralen Strukturen drücken. Dies ist dann die Ursache für Schmerzen, es entstehen Sensibilitätsstörungen bis hin zu Lähmungen.

## Sie gehen als Arzt ganz bewusst den Weg, den Patienten als Ganzes zu sehen, in dem Sie im Team ganzheitliche Therapiekonzepte entwickeln und mit dem Patienten besprechen. Das ist in der Schulmedizin ein recht neuer Weg...

Je länger man als Arzt mit Menschen arbeitet, umso mehr spürt man, dass viele Krankheitsbilder Ausdruck einer Störung im Wunderwerk Mensch sind. Am Beispiel des Rückenschmerzes sieht man, dass oft nur durch das Zusammenspiel verschiedener Therapieansätze eine dauerhafte Verbesserung für den Patienten erreicht werden. So sind naturheilkundliche Ansätze wie manualmedizinische Therapieformen



und natürlich auch schulmedizinische Diagnostik und Therapie für den einzelnen Patienten in Verbindung erfolgreich. Meine Philosophie lautet: **Der Patient muss wieder mehr im Mittelpunkt stehen, und wir Therapeuten müssen mehr gemeinsam für unsere Patienten tun.**

## Bewegung ist das A und O

Nahezu alle Formen von Rückenschmerzen lassen sich auf Bewegungsmangel und die daraus entstehende schlechte Versorgung von Muskeln, Sehnen, Bändern, Bandscheiben, Knorpel und Knochen zurückführen. Nur durch regelmäßige Bewegung werden in ausreichendem Maße Sauerstoff und Nährstoffe sowie Gewebsflüssigkeit in die unterschiedlichen Strukturen des Rückens „gepumpt“.

Was kann außer den im Interview mit Dr. Sauer (siehe oben) angesprochenen Punkten zu Rückenschmerzen führen?

- Die Muskeln bekommen Atemnot: Ohne Bewegung gelangt zu wenig Sauerstoff in die Zellen dieser Körperregion und die Muskelzellen übersäuern.
- Das Bindegewebe ist vergiftet: Wenn wir zu wenig trinken oder einen schlappen Stoffwechsel haben, werden die giftigen Abfallstoffe der Zellen nicht abtransportiert und verstopfen das Bindegewebe. Es kann seine Versorgungsfunktion nicht mehr erfüllen.
- Desweiteren können die Muskeln auch unterfordert sein, die Bänder erschlafft oder die Nerven gereizt.

(Mehr Infos dazu lesen Sie in „Rücken-Akut-Training“, Verlag GU)