

Halsschmerzen



Dr. Philipp Salzmann

In dieser Rubrik finden Sie in loser Folge Antworten auf medizinische Fragen. Diesmal klärt Dr. FMH Philipp Salzmann aus Brig auf über Halsschmerzen.

**Des Nachts wenn i hei muess geh
Tuet mier der Hals so weh...**

Unser armer Patient! Er hat Halsschmerzen. Nur sofort zum Arzt, es könnte etwas Ernstes sein, man weiss ja nie. Eigentlich hat er immer wieder einmal Halsschmerzen. So ein Ziehen der gesamten Rückenmuskulatur, das sich im Hals zu Schmerzen verdichtet und dann hinauf bis zum Kopf zieht. Wenns richtig schlimm wird, tut auch der Kopf weh. So weit ist es heute noch nicht. Noch nicht, denkt sich unser Patient. Darum sofort zum Arzt. Der soll etwas tun, damit es nicht schlimmer wird.

Bei seinem Arzt beschreibt unser Patient alle seine Symptome. Er beschreibt die tief in seinem Nacken sitzenden Schmerzen. Sie sind so stark,

dass er kaum den Kopf drehen kann. Sein Arzt untersucht seinen Patienten genau. Er betastet den Hals, blickt in den Mund, hört Herz und Lunge ab, bis unser Patient schliesslich meint: Sonst bin ich gesund, werter Doktor, nur der Hals tut mir weh. Sein Arzt erklärt, dass Halsschmerzen gelegentlich auch Hinweise einer Hirnhautentzündung oder Begleitsymptome eines viralen Infektes sein können. Bei Ihnen sieht es nicht so aus, Sie haben ein Zervikalsyndrom, Muskelverspannungen am Hals, aber man muss immer an alles denken.

Wie wird ein Zervikalsyndrom behandelt?

Zur Behandlung eignen sich Manualtherapie, Chiropraktik, Einreibungen, schmerz lindernde und muskelentspannende Medikamente, lokale Infiltrationen, Lasertherapie und vieles mehr. Unser Patient lässt sich kleine Injektionen in die Haut machen. Neuraltherapie, erklärt ihm sein Hausarzt. Durch diese Injektionen kann sich ihre Halsmuskulatur besser entspannen. Wenn Sie dann noch ein Schmerzmittel einnehmen, so wird es bald wieder besser.

Wie kommt es zu einem Zervikalsyndrom?

Tatsächlich ist es nach drei Tagen bereits besser. Der Patient ist zufrieden, will aber wissen, warum es gerade bei ihm zu diesen Nackenverspannungen kommt. Wissen Sie, häufig findet man für diese Beschwerden keine Ursache, meint sein Hausarzt. Bei manchen Leuten werden sie durch Kälte hervorgerufen. Manche Fahrradfahrer haben jedes Mal Nackenverspannungen, wenn sie sich für die Abfahrt nicht warm anziehen. Das kommt bei mir nicht in Frage, erwidert unser Patient. Kälteempfindlich bin ich nicht. Der einzige Vorteil, wenn man ein paar Kilo zu viel hat. Und dann, meint der Hausarzt, können auch psychische Faktoren mitwirken. Angstgefühle machen Nackenverspannungen. Angst habe ich auch keine, meint unser Patient. Ich habe nämlich schon allerhand erlebt, werter Herr Doktor, das können Sie mir glauben. Was haben Sie denn gemacht, am Tage, vor dem die Verspannungen aufgetreten sind, will der Arzt wissen. Nichts Besonderes, meint unser Patient. Ich war bei meiner Bank und habe mit meinem Berater meine finanzielle Situation bespro-

chen. Es war kein Grund zur Besorgnis. Mein Depot hatte sich in den letzten Monaten ganz gut entwickelt. Aha, meint der Arzt, das Depot hat sich gut entwickelt. Und wie siehts aus mit Schulden? Haben Sie Schulden? Natürlich habe ich Schulden, antwortet unser Patient. Hypothekarschulden. Ich habe eine grosse Eigentumswohnung. Und ein Freund von mir, der etwas von Buchhaltung versteht, hat mir über Jahre immer gepredigt: Nur keine Schulden abzahlen, Hans, sonst musst du viel zu viel Steuern bezahlen. Und daran habe ich mich immer gehalten. Jetzt habe ich ein ordentliches Depot mit Aktien und auch ein paar alternativen Anlagen, aber von meinen Hypothekarschulden habe ich nur das Notwendigste abbezahlt. Aha, meint sein Arzt, jetzt haben wir das Problem. Den Kopf voller Schulden und den Hintern voller Geld. Das wirkt wie ein elektrischer Dipol. Diese Spannung muss wehtun.

Wie kann man ein Zervikalsyndrom verhindern?

Einmal ganz einfach mit Wärme. Beim Wandern oder Fahrradfahren immer etwas Warmes zum Überziehen mitneh-

men. Was allerdings schwieriger wird, ist Angstgefühle zu verhindern. Manchmal wirkt bereits eine, nicht immer bewusste Disharmonie bei den persönlichen Finanzen beängstigend. Wer sich bei seinen Finanzen beraten lässt, muss nicht nur auf die Rendite schauen, sondern auch, ob er in der gesamten Situation einen warmen Bauch und lockere Schultern behält. Das will nun auch unser Patient tun. Als Nächstes will er mit seiner Bank besprechen, wie er von seinem Depot Mittel zur Tilgung seiner Hypothekarschuld nutzen kann. Damit er sich immer ganz locker in den Schultern fühlt, und damit es nicht wieder heisst:

Des Nachts wenn i hei muess geh

**Tuet mir der Hals so weh
Und der Hals voller Schmalz
Und das Härz voller Schmäz**

**Und die Brust voller Lust
Und der Büech wie en Schläech**

Und der Schenkel ues em Senkel

**Und das Knie wie noch nie
Und der Wade lappet abe
Und der Chnode lit am Sode
Und der Zewe tüet mer weh
Des Nachts wenn i hei muess geh.**