

Beinkrämpfe: Zu welchem Arzt?

Wann und wo genau schmerzt es besonders stark?

Daran erkennen Sie, an welchem Facharzt Sie sich als Erstes wenden.

Falsche Lebensgewohnheiten hinterlassen bekanntlich ihre Spuren und die können im wahrsten Sinne des Wortes zum Krampf werden. Schmerzhaftes Krampfen wiederum vermindert die Lebensqualität und können, je nach Ursache, schwerwiegende Folgen nach sich ziehen.

An wen wendet man sich am besten? Gute Frage, denn je nach Ursache

sind unterschiedliche Fachärzte zuständig. Nachstehend einige wichtige Orientierungspunkte:

Krampf beim Gehen?

Erzwingen bereits nach einigen hundert Metern quälende Wadenkrämpfe einen Geh/Stopp, liegt der Verdacht auf eine arterielle Verschlusskrankheit (PAVK) nahe. Speziell dann, wenn das krampfartige Ziehen nach kurzer Rast wieder nachlässt. „Ob tatsächlich die gerne als ‚Schaufensterkrankheit‘ verniedlichte Arteriosklerose vorliegt, lässt sich per farbkodiertem Duplex-Ultraschall, elektronischer Pulsmessung und ABI-Messung sehr treffgenau feststellen“, erläutert Internist und Angiologe Prim. Dr. Thomas Maca, Leiter der Internen Abteilung IV am Evangelischen Krankenhaus. Achtung: Als PAVK-Patient ist das Risiko stark erhöht, unbehandelt binnen fünf Jahren einen Herzinfarkt oder Schlaganfall zu erleiden.

Krampf beim Sitzen und Liegen?

Nächstens und beidseitig auftretende, quälende Beinkrämpfe sind oft ein Fall für den Neurologen und weisen auf eine Polyneuropathie hin. Da diese Nervenkrankheit – zeitgerecht diagnostiziert – noch viele Behandlungsoptionen hat, sollte man mit dem Arztbesuch nicht zu lange zuwarten. „Ist die Erkrankung erst einmal diagnostiziert, geht es in weiterer Folge primär um Ursachenvermeidung: Ein Diabetes muss gut eingestellt, eine Alkoholkrankheit im Griff sein“, stellt Prim. Dr. Udo Zifko, Vorstand der neurologischen Abteilung, fest: „Dann wirken zumeist auch die therapeutischen Ansätze besser.“

Betrifft der ziehende Krampf nur ein Bein, kann auch eine Irritation der Nervenwurzeln, zumeist entlang der Lendenwirbelsäule, dahinter stecken. In dem Fall sind weiterführende Untersuchungen und zumeist auch das

Kontaktieren eines Orthopäden notwendig.

Ein solcher ist auch D E R Ansprechpartner, wenn es durch Sport zu Muskelkrämpfen kommt. Dies trifft exzessiv trainierende Sportler, etwa Fußballer sowie wie Menschen, die nach längerer Pause zu intensiv in den Ausdauersport einsteigen. „Krafttraining, viel Dehnen sowie genügend Flüssigkeit, Elektrolyte und Kohlenhydrate vor und während der Anstrengung reduzieren Muskelermüdung und Beinkrämpfe“, erläutert Prim. Univ.-Doz. Dr. Thomas Müllner, Vorstand der Abt. für Orthopädie und Traumatologie am Evangelischen Krankenhaus. Denn Sportbelastung kann etwa die Unterschenkelmuskulatur durch zu enge Faszien so stark einpanzern, dass schmerzhaftes Krampfen entstehen. Prim. Müllner: „Beim funktionellen Kompartmentsyndrom hilft dann ein kleiner operativer Eingriff, der dem Muskel mehr Platz verschafft.“

Beinkrämpfe haben viele Ursachen. Zum Wohle des Patienten arbeiten daher Fachärzte unterschiedlichster Richtungen interdisziplinär zusammen – im stationären wie im ambulanten Bereich.

Nähere Infos:

Gefäßambulanz am Evang. KH:
01/40422-2802 oder 2820
www.ekhwien.at



Prim. Dr. Thomas Maca,
Internist und
Angiologe,
T: 01/533 14 39,
www.dr-maca.at



Prim. Univ.-Doz. Dr. Thomas Müllner,
Orthopäde und
Unfallchirurg,
T: 01/8779444,
www.drmuellner.at



Prim. Univ.-Doz. Dr. Udo Zifko,
Neurologe und
Psychiater,
T: 0664/54 45 800,
www.zifko.at



Die oft zitierte
Schaufensterkrankheit
ist alles andere als
harmlos