



In 85 % der Fälle zeigen der klinische Befund und die Diagnostik keinen ursächlichen Zusammenhang mit den empfundenen Rückenschmerzen.

Dans 85 % des cas, l'examen clinique et le diagnostic ne révèlent aucun lien de causalité avec les douleurs ressenties.

Nell'85% dei casi, l'analisi clinica e gli esami diagnostici non indicano alcun nesso causale con il dolore percepito.

Ursachen

Die Wurzel des Übels ist meist unbekannt

Rückenschmerzen sind eine Form von Rheuma. Sogar die häufigste Form. Zudem können manch andere Formen von Rheuma zu Rückenschmerzen führen. Im folgenden Artikel sind einige mögliche Ursachen aufgeführt.

Text: Patrick Frei

85 % der Rückenschmerzen sind unspezifisch, das heisst, sie haben keine klare Ursache. Wahrscheinlich entwickeln sich die meisten Rückenschmerzen aus dauerhaften Muskelverspannungen. Übermässige Spannungen der Muskelfasern können grossen Druck auf einzelne Wirbel und Bandscheiben aufbauen und irgendwann Funktionsstörungen hervorrufen, Strukturen schädigen und Schmerzen verursachen. Doch die herkömmliche medizinische Untersuchung nimmt sie

selten in den Blick. Muskelverspannungen fallen pauschal in die Blackbox der unspezifischen Rückenschmerzen.

Eindeutige Ursachen

Bei ungefähr 15 % der Rückenschmerzen glaubt man die Wurzel des Übels zu kennen. Die folgenden Darlegungen wollen aufzeigen, wie viele mögliche Ursachen in Frage kommen. Sie erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit.
> S. 16

Causes

La racine du mal est souvent inconnue

Les douleurs dorsales sont une forme de rhumatisme. Et même la forme la plus fréquente. Certaines formes de rhumatismes peuvent en outre provoquer des douleurs dorsales. Nous allons nous intéresser ci-après à quelques causes possibles. Texte : Patrick Frei

85 % des douleurs dorsales sont non spécifiques, cela veut dire qu'elles n'ont pas de cause clairement établie. Il est probable que la plupart des douleurs dorsales trouvent leur origine dans des contractures musculaires de longue date. Des tensions excessives des fibres musculaires peuvent faire peser une pression importante sur les vertèbres et les disques intervertébraux et finir par causer des troubles fonctionnels, endommager des structures et générer des douleurs. Pourtant, la médecine conventionnelle n'en tient que rarement

compte. Les contractures musculaires entrent globalement dans la boîte noire des douleurs dorsales non spécifiques.

Causes clairement établies

Dans environ 15 % des douleurs dorsales, on pense pouvoir identifier la racine du mal. Sans être exhaustifs, les paragraphes suivants montrent combien les causes possibles sont nombreuses.

Hernie discale

Lorsque l'anneau fibreux d'un disque intervertébral se fissure, la masse > p. 18

Drückt die Bandscheibenmasse auf das Rückenmark oder die Wurzeln der Spinalnerven, spricht man von einer Diskushernie.

On parle de hernie discale lorsqu'un disque intervertébral comprime la moelle épinière ou les racines des nerfs spinaux.

Si parla di ernia del disco quando il tessuto gelatinoso del disco intervertebrale preme sul midollo spinale o sulle radici dei nervi spinali.



Cause

La radice del male è per lo più sconosciuta

Infatti, il mal di schiena è una forma di reumatismo, addirittura la più frequente. Anche altre forme reumatiche possono causare il mal di schiena. Di seguito sono riportate alcune cause possibili.

Testo: Patrick Frei

Nell'85% dei casi, il mal di schiena è aspecifico, vuol dire che non è ascrivibile a una causa precisa. Probabilmente, la maggior parte dei casi di mal di schiena deriva da contratture muscolari permanenti. Un'eccessiva tensione delle fibre muscolari può sottoporre alcune vertebre e dischi intervertebrali a una pressione eccessiva provocando disfunzioni, danni strutturali e dolore. Tuttavia, la ricerca medica convenzionale tiene raramente in considerazione tali fattori. Le contratture muscolari vengono semplicemente associate al mal di schiena aspecifico.

Causa chiara

La probabile causa del mal di schiena viene individuata in circa il 15% dei casi. Di seguito ne vengono spiegate alcune, senza la pretesa di presentare il tema in modo esaustivo.

Ernia del disco

In presenza di lacerazioni all'anello fibroso esterno di un disco intervertebrale, il tessuto gelatinoso del nucleo polposo può fuoriuscire e penetrare nel canale vertebrale. Secondo la tesi prevalente, il materiale gelatinoso > pag. 20

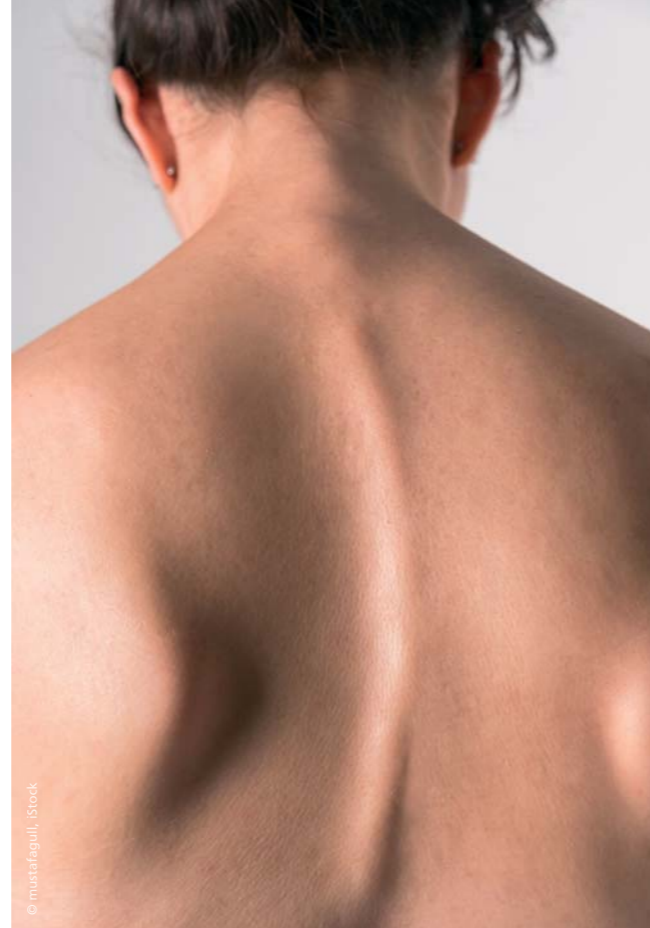


Wirbelsäule mit arthrotischen Wirbelgelenken

Arthrose der Wirbelgelenke: Verschiedene Faktoren setzen (und halten) Prozesse in Gang, die den Knorpel abbauen.

Arthrose des articulations vertébrales: divers facteurs déclenchent (et entretiennent) des processus qui dégradent le cartilage.

Artrosi delle articolazioni intervertebrali: diversi fattori avviano (e mantengono) i processi degenerativi della cartilagine.



Bandscheibenvorfall (Diskushernie)

Wird der äussere Faserring einer Bandscheibe rissig, so kann die gelförmige Masse des weichen Kerns herausquellen und in den Wirbelkanal eindringen. Nach herrschender Auffassung drückt dann die weiche Bandscheibenmasse auf das Rückenmark oder die Wurzeln der Spinalnerven, was zu örtlichen Reizungen mit der Folge von Entzündungen und Schmerzen führt. Untersuchungen zeigen aber, dass bis zu vier von zehn Personen mit einem Bandscheibenvorfall frei von Schmerzen sind.

Skoliosen verursachen nicht zwangsläufig Rückenschmerzen, aber sind doch mögliche Ursachen.

Les scolioses ne provoquent pas forcément des douleurs dorsales, mais en sont des causes possibles.

La scoliosi non provoca necessariamente dolore ma può esserne la causa.

Bandscheibenvorwölbung

Die Bandscheibenvorwölbung ist quasi die Vorform des Bandscheibenvorfalles. Gemeint ist, dass sich durch hohen Druck auf die Wirbelsäule der Faserring einer Bandscheibe nach aussen wölbt. Die Bandscheibe kann unter diesen Bedingungen auf die Spinalnerven drücken und diese reizen. Wird der Faserring rissig, geht die Bandscheibenvorwölbung in einen Bandscheibenvorfall über.

Spinalkanalstenose

Unter einer Spinalkanalstenose versteht man einen örtlichen, sanduhrförmigen Engpass im Wirbelkanal (Spinalkanal). Diese Engpässe bilden sich, wenn ein Wirbelkörper in die Breite wächst, zum Beispiel, um eine zu hohe Druckbelastung in der Wirbelsäule auf eine grössere Fläche zu verteilen. Die knöchernen Auswüchse schränken die Beweglichkeit ein, stören den Stoffwechsel des Gewebes und begünstigen Verkalkungen. Kalkanlagerungen drücken schliesslich mechanisch gegen das Rückenmark oder die Wurzeln der Spinalnerven und reizen sie. Spinalkanalstenosen sind im Zunehmen begriffen, besonders in der Altersklasse der über 70-Jährigen.

Gleitwirbel

Vor allem in der Lendenwirbelsäule kann es passieren, dass sich Wirbel nach vorne in den Rumpf verschieben. Sie gleiten aus ihrer natürlichen Lage und können Schmerzen verursachen, die besonders bei Belastung der Wirbelsäule oder bestimmten Bewegungen empfunden werden. Über die Ursache des Wirbelgleitens ist man sich nicht im Klaren.

Skoliose

Eine weitere mögliche Ursache von Rückenschmerzen sind Wirbelsäulenverkrümmungen (Skoliosen). Dabei handelt es sich um seitliche Abweichungen der Wirbelsäule, teils einhergehend mit einer Verdrehung der Wirbelkörper. Die dadurch entstehenden Ungleichgewichte führen zu Muskelverspannungen und begünstigen Verschleisserscheinungen. Wenige Skoliosen sind angeboren oder gehen auf eine Unfallverletzung zurück.

Arthrose der Wirbelsäulengelenke

Wo zwei Knochen ein Gelenk bilden, sind sie von glattem Gelenkknorpel überzogen. Bewegungsmangel bringt den sowieso langsamen Stoffwechsel

der Knorpelzellen zum Erliegen. Zudem entwickeln sich bei mechanischem Stress Entzündungen. Alle diese Faktoren setzen (und halten) Prozesse in Gang, die den Knorpel abbauen. Dies nennt man eine Arthrose. Sie kann auch an den Facettengelenken der Wirbelsäule auftreten, die als feine Führungsgelenke keinen hohen Belastungen standhalten. Der Knorpelabbau der Facettengelenke kann zu Entzündungen und Schmerzen führen.

Wirbelbrüche

Stürze, Unfälle und bei älteren Menschen häufig eine Osteoporose können Wirbel brechen. Die Betroffenen spüren zuweilen einen heftigen örtlichen Schmerz. Zudem können Wirbelbrüche die Beweglichkeit der Wirbelsäule deutlich einschränken. Sind das Rückenmark oder einzelne Spinalnerven mitbetroffen, kann es zu weiteren Beschwerden kommen wie stechenden oder brennenden Schmerzen, Lähmungen und Taubheitsgefühlen.

Rückenoperationen

Auch Operationen an der Wirbelsäule zählen inzwischen zu den möglichen Ursachen für Rückenschmerzen. Das Phänomen ist so häufig, dass die Chirurgen ihm schon einen Namen gegeben haben und eigene Studien widmen: «Failed Back Surgery Syndrom» (Syndrom der misslungenen Rückenoperation).

Rheuma und Rückenschmerzen

Rückenschmerzen sind selber eine Form von Rheuma. Aber auch andere Formen von Rheuma können Rückenschmerzen zur Folge haben. Die Arthrose haben wir oben schon als Ursache und als Krankheitsbild beschrieben. Hier nennen wir weitere wichtige rheumatische Erkrankungen.

Arthritis

Jede Form von Arthritis (Rheumatoide Arthritis, Psoriasis-Arthritis, Juvenile

Arthritis) kann als Systemerkrankung im Prinzip auch auf die Wirbelsäule übergreifen. Zudem dämpfen die für eine Arthritis typischen Entzündungsschübe die Lust auf Bewegung. Über Bewegungsmangel kann eine Arthritis indirekt Rückenschmerzen begünstigen.

Fibromyalgie

Bei einer Fibromyalgie können im ganzen Körper diffuse Muskelschmerzen auftreten, so auch im Rücken, vor allem im Schultergürtel und im Kreuz. Die Betroffenen empfinden und beschreiben den Schmerz unterschiedlich: wie einen heftigen Muskelkater oder als einen Mantel oder Panzer, der schwer auf den Körper drückt.

Morbus Bechterew

Die Systemerkrankung Bechterew befällt vorrangig den Rücken. Sie beginnt häufig mit Entzündungen in den Kreuz-Darmbein-Gelenken (Iliosakralgelenken). Von hier aus können die Entzündungen auf die ganze Wirbelsäule übergreifen. Dabei lösen sie manchmal Knochenwucherungen aus, die die Wirbelsäule mehr und mehr versteifen und ihre

Beweglichkeit einschränken. Weitere Informationen und einen Diagnose-Test finden Sie auf www.bechterew.ch.

Osteoporose

Osteoporose ist eine chronische Krankheit des ganzen Skelettes. Die Knochen werden zunehmend morsch und löcherig und können schon bei geringer Einwirkung brechen. Eine Osteoporose kann sich durch Rückenschmerzen bemerkbar machen, wenn Wirbelkörper einbrechen und im oberen Rücken zur Bildung eines Buckels führen. Osteoporosebedingte Wirbelbrüche im unteren Rücken werden bei älteren Personen nicht selten mit einem Hexenschuss verwechselt. Ausführliche Informationen finden Sie in der Broschüre «Osteoporose» (D 305) der Rheumaliga Schweiz.

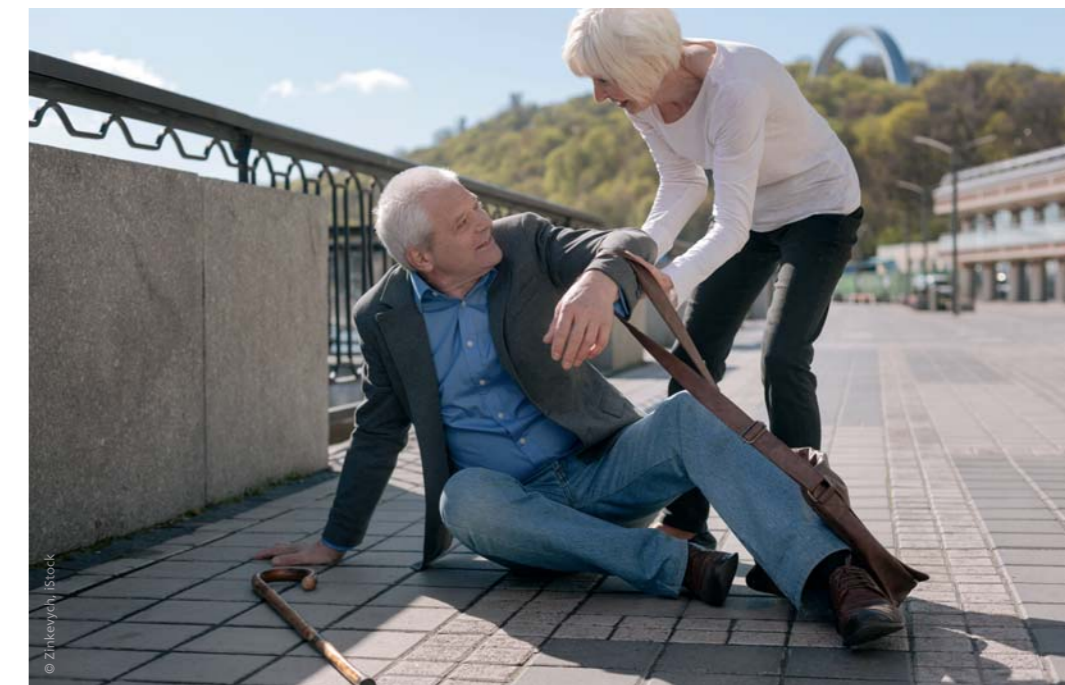
Krankheiten innerer Organe

Viele innere Organe liegen nahe an der Wirbelsäule. Wenn sie erkranken, können sie Schmerzen verursachen, die in den Rücken ausstrahlen. Dabei handelt es sich aber um seltene Ursachen für Rückenschmerzen, die eine gründliche Untersuchung erfordern. |

Bei diesen Beschwerden sofort zum Arzt oder zur Ärztin

- Starke, nicht beeinflussbare Rückenschmerzen, die in Arm oder Bein ausstrahlen
- Taubheitsgefühl oder Kribbeln in Fuss oder Zehen
- Gefühlsstörungen am Bein
- Lähmungserscheinungen in Arm oder Bein
- Allgemeines Unwohlsein mit Fieber, Gewichtsverlust oder anderen Beschwerden
- Zusätzliche Schmerzen in Brust oder Bauch
- Rückenschmerzen nach einem Unfall

Trotzdem: Rückenschmerzen mit zusätzlichen Beschwerden sind kein Grund, in Panik zu geraten. Es liegt ihnen selten eine gravierende Erkrankung zugrunde.



Wirbelbrüche als Folge von Stürzen oder Unfällen führen zu heftigen örtlichen Schmerzen.

Les fractures vertébrales consécutives à une chute ou à un accident entraînent des douleurs localisées intenses.

Le fratture vertebrali dovute a cadute o incidenti provocano forti dolori locali.

gélatineuse du noyau mou peut pénétrer dans le canal rachidien. Selon l'opinion dominante, la masse molle du disque intervertébral comprime alors la moelle épinière ou les racines des nerfs spinaux, ce qui entraîne des irritations locales à l'origine d'inflammations et de douleurs. Les études indiquent toutefois que jusqu'à quatre personnes sur dix ayant une hernie discale ne souffrent d'aucune douleur dorsale.

Protrusion d'un disque intervertébral

La protrusion d'un disque intervertébral est la forme précoce de la hernie discale. Sous l'effet d'une pression importante sur la colonne vertébrale, l'anneau fibreux d'un disque intervertébral fait saillie vers l'extérieur. Dans ces conditions, le disque intervertébral peut comprimer les nerfs spinaux et les irriter. Si l'anneau fibreux est fissuré, la protrusion devient une hernie discale.

Sténose du canal rachidien

La sténose du canal rachidien est un rétrécissement en forme de sablier du canal rachidien. Ce rétrécissement apparaît quand un corps vertébral s'élargit, par exemple pour répartir une trop forte pression subie par la colonne vertébrale sur une plus grande surface. Les excroissances osseuses entravent la mobilité, perturbent le métabolisme des tissus et favorisent les calcifications. Les dépôts calcaires finissent par exercer une pression mécanique sur la moelle épinière ou les racines des nerfs spinaux, provoquant une irritation de ces

derniers, ce qui peut causer des inflammations et des douleurs. Les sténoses du canal rachidien sont de plus en plus fréquentes, en particulier chez les plus de 70 ans.

Spondylite

Il peut arriver que les vertèbres se déplacent vers l'avant en direction du tronc, notamment au niveau de la colonne lombaire. Elles glissent et quittent leur position naturelle, pouvant engendrer des douleurs qui sont ressenties plus particulièrement en cas de sollicitation de la colonne vertébrale ou lors de certains mouvements. Les causes du glissement des vertèbres ne sont pas claires.

Scoliose

Les scolioses (déformations de la colonne vertébrale) sont une autre cause possible des douleurs dorsales. Une scoliose est une déviation latérale de la colonne vertébrale, qui s'accompagne parfois d'une torsion des corps vertébraux. Les déséquilibres qui en résultent créent des contractures musculaires et favorisent les phénomènes d'usure. Peu de scolioses sont congénitales ou sont dues à un accident.

Arthrose des articulations de la colonne vertébrale

Lorsque deux os forment une articulation, ils sont recouverts par un cartilage articulaire lisse. Le manque d'activité physique ralentit le métabolisme des cellules cartilagineuses, déjà lent. De plus, le stress mécanique entraîne des



inflammations. Tous ces facteurs activent (et maintiennent) des processus qui détériorent le cartilage. C'est ce qu'on appelle une arthrose. L'arthrose peut aussi toucher les facettes articulaires de la colonne vertébrale, qui sont des articulations de guidage fines et, de ce fait, ne supportent pas les fortes sollicitations. L'usure du cartilage des facettes articulaires peut causer des inflammations.

Fractures des vertèbres

Les chutes, les accidents et, chez les personnes âgées, une ostéoporose peuvent entraîner des fractures des vertèbres. Les personnes concernées peuvent ressentir une vive douleur localisée. Les fractures des vertèbres peuvent en outre limiter sensiblement la mobilité de la colonne vertébrale. Si la moelle épinière ou certains nerfs spinaux sont également touchés, d'autres symptômes peuvent apparaître, par exemple des élancements ou des sensations de brûlure.

Durch Bewegungsmangel, als Folge von schmerzhaften Entzündungsschüben, kann eine Arthritis indirekt Rückenschmerzen begünstigen.

Un manque d'activité physique consécutif à des poussées inflammatoires douloureuses peut indirectement favoriser le mal de dos.

L'artrite può favorire indirettamente il mal di schiena a causa della mancanza di movimento in seguito a una ricaduta con infiammazione e dolore.

Opérations du dos

Les opérations de la colonne vertébrale comptent aussi parmi les causes possibles d'un mal de dos. Ce phénomène est si fréquent que les chirurgiens lui ont donné un nom et que des études y sont consacrées : « Failed Back Surgery Syndrom » (syndrome de l'échec de la chirurgie du dos).

Rhumatisme et mal de dos

Les douleurs dorsales sont elles-mêmes une forme de rhumatisme. Mais d'autres formes de rhumatisme peuvent aussi être à l'origine de douleurs dorsales. Nous avons déjà évoqué et décrit l'arthrose comme cause possible. Nous allons nous intéresser ci-après à d'autres maladies rhumatismales importantes.

Arthrite

En tant que maladie systémique, toute forme d'arthrite (polyarthrite rhumatoïde, arthrite psoriasique, arthrite juvénile) peut en principe également toucher la colonne vertébrale. De plus, les poussées inflammatoires typiques de l'arthrite coupent toute envie d'activité physique. Une arthrite peut ainsi favoriser indirectement les douleurs dorsales par manque d'exercice.

Fibromyalgie

La fibromyalgie peut provoquer des douleurs musculaires diffuses dans l'ensemble du corps, y compris dans le

Das «Syndrom der misslungenen Rückenoperation» zählt inzwischen auch zu den möglichen Ursachen für Rückenschmerzen.

Le « syndrome de l'échec de la chirurgie du dos » est aujourd'hui l'une des causes possibles des douleurs dorsales.

La « sindrome da fallimento chirurgico spinale » è ora inclusa tra le possibili cause del mal di schiena.

dos, en particulier au niveau de la ceinture scapulaire et des lombaires. Les personnes concernées ressentent et décrivent ces douleurs de manière variable : comme des courbatures violentes ou comme un manteau ou une carapace qui serrerait le corps très fortement.

Maladie de Bechterew

La maladie de Bechterew, une maladie systémique, affecte principalement le dos. Elle commence souvent par des inflammations des articulations sacro-iliaques. À partir de là, les inflammations peuvent ensuite gagner toute la colonne vertébrale. Elle déclenche parfois des parasyndesmophytes, qui raidissent de plus en plus la colonne vertébrale et limitent sa mobilité. Vous trouverez de plus amples informations et un test diagnostique sur le site www.bechterew.ch.

Ostéoporose

L'ostéoporose est une maladie chronique affectant l'ensemble du squelette. Les os sont de plus en plus dégradés et poreux, ils peuvent se fracturer au moindre impact. Une ostéoporose peut se manifester à travers des douleurs dorsales, en cas de fracture de corps vertébraux, et entraîner la formation d'une bosse dans le haut du dos. Chez les personnes âgées, il est fréquent que les fractures de vertèbres dans le bas du dos dues à l'ostéoporose soient confondues avec un lumbago. Vous trouverez de plus amples informations dans la brochure

« Ostéoporose » (F 305) de la Ligue suisse contre le rhumatisme.

Maladies des organes internes

Beaucoup d'organes internes sont situés près de la colonne vertébrale. Quand ils sont atteints par une maladie, ils peuvent causer des douleurs qui irradient dans le dos. Il s'agit toutefois de causes rares de douleurs dorsales, qui requièrent un examen approfondi. I

Consultez immédiatement un médecin dans les cas suivants

- Douleurs dorsales vives irradiant dans le bras ou la jambe que vous ne parvenez pas à soulager
- Engourdissement ou picotements dans le pied ou les orteils
- Troubles de la sensibilité dans la jambe
- Signes de paralysie dans le bras ou la jambe
- Sensation de malaise général accompagnée de fièvre, d'une perte de poids ou d'autres symptômes
- Douleurs également dans le thorax ou le ventre
- Douleurs dorsales faisant suite à un accident

Néanmoins, il n'y a aucune raison de s'inquiéter si vos douleurs dorsales s'accompagnent d'autres symptômes. Ceux-ci sont rarement causés par une maladie grave.



del disco intervertebrale comprime il midollo spinale o le radici dei nervi spinali provocando irritazioni locali con conseguenti infiammazioni e dolori. Tuttavia, secondo le ricerche, fino a quattro persone su dieci con un'ernia del disco non hanno mal di schiena.

Protrusione discale

La protrusione discale rappresenta in molti casi il preludio a un'ernia del disco. In questo caso, l'anello fibroso del disco intervertebrale si deforma verso l'esterno a causa dell'elevata pressione sulla colonna vertebrale. In queste condizioni, il disco intervertebrale può comprimere i nervi spinali irritandoli. Se l'anello fibroso si lacera, la protrusione discale diventa un'ernia del disco.

Stenosi spinale

Per stenosi spinale si intende un restringimento locale a forma di clessidra nel canale vertebrale (canale spinale). Questi restringimenti si formano quando un corpo vertebrale cresce in larghezza, per esempio per distribuire su una superficie maggiore i carichi eccessivi nella colonna vertebrale. Le escrescenze ossee limitano la mobilità, interferiscono con il metabolismo del tessuto e favoriscono le calcificazioni. Tali depositi di calcio finiscono per comprimere il midollo spinale o le radici dei nervi spinali provocando irritazioni e, possibilmente, infiammazioni e dolore. Le stenosi spinali sono in aumento, soprattutto nella fascia di età sopra i 70 anni.

Spondilolistesi

È possibile che le vertebre scivolino in avanti nel tronco, soprattutto nel tratto lombare. Fuoriuscendo dalla loro posizione naturale, possono provocare dolore che viene percepito particolarmente in seguito a carichi sulla colonna vertebrale o determinati movimenti. La causa della spondilolistesi non è stata ancora chiarita.

Scoliosi

Un'altra possibile causa del mal di schiena è la scoliosi, la deviazione laterale della colonna vertebrale, a volte associata alla rotazione dei corpi vertebrali. I conseguenti squilibri determinano contratture muscolari e favoriscono i fenomeni di usura. In pochi casi la scoliosi è congenita o deriva da un infortunio.

Artrosi vertebrale

Le due ossa che compongono un'articolazione sono rivestite da cartilagine articolare liscia. A causa della mancanza di movimento, il metabolismo di per sé lento delle cellule cartilaginee può subire un arresto. Inoltre, gli stress mec-

canici favoriscono le infiammazioni. Tutti questi fattori avviano e sostengono i processi degenerativi della cartilagine, ovvero l'artrosi. Essa può colpire anche le faccette articolari della colonna vertebrale che, essendo articolazioni di piccole dimensioni, non possono sopportare carichi elevati. La degenerazione della cartilagine delle faccette articolari può provocare infiammazioni e dolore.

Fratture vertebrali

Le vertebre possono fratturarsi in seguito a cadute, infortuni e, spesso nel caso di persone anziane, osteoporosi. Chi ne è colpito può avvertire un forte dolore locale. Le fratture vertebrali possono anche ridurre notevolmente la mobilità della colonna vertebrale. In caso di coinvolgimento del midollo spinale o di singoli nervi spinali, possono verificarsi altri disturbi come dolore lancinante, bruciore, paralisi e intorpidimento.

Operazioni alla schiena

Anche le operazioni alla colonna vertebrale sono tra le possibili cause del mal di schiena. Il fenomeno è così frequente che i chirurghi gli hanno già dato un nome e lo hanno fatto oggetto di ricerche: «Failed Back Surgery Syndrom» (sindrome da fallimento chirurgico spinale).



Klassischerweise treten die Rückenschmerzen bei Morbus Bechterew in der Nacht auf und wecken die Betroffenen aus dem Schlaf.

Chez les personnes atteintes de la maladie de Bechterew, les douleurs dorsales surviennent généralement la nuit et perturbent le sommeil.

La manifestazione classica della spondiloartrite assiale avviene con dolori alla schiena notturni che svegliano la persona colpita.

Reumatismi e mal di schiena

Il mal di schiena è di per sé una forma di reumatismo. Ci sono però anche altre forme reumatiche che possono provocare mal di schiena. Ne è un esempio l'artrosi, che abbiamo già descritto sopra in qualità di causa e quadro clinico. Di seguito sono riportate altre importanti malattie reumatiche.

Artrite

Qualsiasi forma di artrite (artrite reumatoide, artrite psoriasica, artrite giovanile), essendo una malattia sistemica, può in linea di principio colpire anche la colonna vertebrale. Inoltre, le tipiche infiammazioni durante le ricadute possono ridurre la voglia di muoversi. L'artrite può favorire indirettamente il mal di schiena proprio attraverso la mancanza di movimento.

Fibromialgia

La fibromialgia provoca diffusi dolori muscolari in tutto il corpo, quindi anche alla schiena, ma soprattutto alla cintura scapolare e nella regione lombare. Le persone colpite percepiscono e descrivono il dolore in modo diverso: come un forte indolenzimento muscolare o come una pesante cappa o corazza che comprime il corpo.

Spondiloartrite assiale (morbo di Bechterew)

La spondiloartrite assiale è una malattia sistemica che colpisce prevalentemente la schiena. Spesso inizia con infiammazioni a carico delle articolazioni tra l'osso sacro e le ossa iliache (articolazioni sacro-iliache). Da qui, le infiammazioni possono estendersi all'intera colonna vertebrale provocando a volte escrescenze ossee che irrigidiscono sempre di più la colonna vertebrale limitandone il movimento. Per maggiori informazioni e un test diagnostico consultare il sito www.bechterew.ch.

Osteoporosi

L'osteoporosi è una malattia cronica dell'intero scheletro. Le ossa diventano sempre più fragili e porose, andando incontro a fratture anche in seguito a

sollecitazioni limitate, come una caduta o un urto. L'osteoporosi può provocare mal di schiena quando i corpi vertebrali si fratturano e formano un'ingobbatura nella parte superiore della schiena. Non è raro che negli anziani le fratture vertebrali lombari dovute all'osteoporosi vengano scambiate per un colpo della strega. Per informazioni approfondite consultare l'opuscolo «Osteoporosi» (It 305) della Lega svizzera contro il reumatismo.

Patologie degli organi interni

Molti organi interni sono posizionati nelle vicinanze della colonna vertebrale. Una patologia che colpisce tali organi può causare dolori che si diffondono alla schiena. Si tratta però di cause rare di mal di schiena per le quali sono necessari accertamenti approfonditi. ▮

Rivolgersi immediatamente a un medico in presenza di questi sintomi

- Forte mal di schiena non influenzabile che si irradia al braccio o alla gamba
- Intorpidimento o formicolio al piede o alle dita del piede
- Alterazioni della sensibilità alla gamba
- Fenomeni di paralisi al braccio o alla gamba
- Malessere generale con febbre, perdita di peso o altri disturbi
- Dolori supplementari al torace o al ventre
- Mal di schiena dopo un infortunio

Se il mal di schiena è associato ad altri sintomi non bisogna però andare in panico. Solo in rari casi si tratta di una malattia grave.



Unsere neue Broschüre «Rückenschmerzen» (D 311) können Sie hier kostenlos bestellen:

[Vous pouvez commander notre nouvelle brochure «Le mal de dos» \(F 311\) gratuite ici:](#)

Il nostro nuovo opuscolo «Mal di schiena» (It 311) può essere ordinato gratuitamente qui:

www.rheumaliga-shop.ch, Tel./tél./tel. 044 487 40 10