

Die folgenden Punkte und Fragen dienen dazu, um abzuklären, ob bei Ihnen ein unspezifischer unterer Rückenschmerz vorliegt oder ob Ihre Rückenschmerzen auf eine spezifische Diagnose zurückgehen und deshalb erst genauer abgeklärt werden sollten.

- Geht ihr Rückenschmerz auf andere vorliegende Grunderkrankungen zurück? Möglich sind Grunderkrankungen aus dem Bereich des Herz-Kreislauf oder Atmungssystems. Liegen bei Ihnen Infektionskrankheiten, neurologische Erkrankungen oder rheumatische Erkrankungen vor? Falls Sie sich hierbei unsicher sind, sollten Sie dies erst mit Ihrem Arzt abklären.

Die folgenden Punkte **können** ein Hinweis sein, dass es sich bei Ihnen nicht um einen unspezifischen Rückenschmerz handelt. Sollten also einer oder mehrere Punkte zutreffen besteht kein Grund zu Panik, es wird aber empfohlen diese zur Sicherheit erst abklären zu lassen.

- Schmerzen die nach einem akuten Trauma, also einer starken Krafteinwirkung auf die Wirbelsäule, entstanden sind. (z.B. nach einem Sturz)
- Erste bewusste Episode starken Rückenschmerzes vor dem 20. Lebensjahr oder nach dem 50. Lebensjahr
- Unerklärbarer Gewichtsverlust (mehr als 5kg pro Monat)
- Länger bestehendes unerklärliches Fieber, das in Kombination mit den Rückenschmerzen begonnen hat
- Starker Nachtschweiß, der erst in Kombination mit den Rückenschmerzen begonnen hat

- Langfristige Einnahme von Kortikosteroiden (Kortison)
- Krebs in der Vorgeschichte
- Schmerz, der komplett unabhängig von Bewegungen und Körperpositionen ist, der also auch nicht durch Bewegungen der Wirbelsäule verschlechtert werden kann.
- Schmerzen die nur nachts auftreten oder nachts deutlich schlechter werden
- Harn- oder Stuhlinkontinenz, die zeitgleich mit den Rückenschmerzen begonnen hat
- Taubheitsgefühle im Genitalbereich oder an der Innenseite der oberen Oberschenkel
- Beidseitige Ausfallerscheinungen in **beiden** Beinen (Kraftverlust, Taubheitsgefühle, Kribbelempfindungen)
- Zunehmende und sehr starke Lähmungserscheinungen in einem Bein, die zeitgleich mit den Rückenschmerzen auftreten.