A. Hack¹ · C. Gräwendieck²

¹ Werksärztlicher Dienst der DaimlerChrysler AG Werk Gaggenau

² DAVID Academy, DAVID International Ltd., Neu-Ulm

Muskelaufbautraining beim Bandscheibenvorfall der Lendenwirbelsäule

Erratum zu „Manuelle Medizin“ (2002) 40:146–150

Durch einen bedauerlichen technischen Fehler wurde die Tabelle 3 im o.g. Beitrag nicht korrekt wiedergegeben. Wir drucken deshalb die Tabelle hier noch einmal in der richtigen Fassung ab.

Tabelle 3
Subjektive Ergebnisse unmittelbar und 6 Monate nach dem Training

Fragen		Fälle	nach Training	%	Fälle	6 Monate später	%
Ich habe eine Tätigkeit im	☐ Sitzen	29	17	39			
	☐ Stehen/ Gehen		12	41			
Mir fallen die körperlichen Anforderungen des Berufes	☐ viel leichter	29	10	35	24	4	17
	☐ etwas leichter		13	45		11	46
	☐ unverändert		6	20		9	37
	☐ schwerer		0	0		0	0
Mir fallen sportliche Aktivitäten	☐ viel leichter	29	13	45	24	6	25
	☐ etwas leichter		11	38		11	46
	☐ unverändert		4	14		7	29
	☐ schwerer		1	3		0	0
	☐ betrifft mich nicht		0	0		0	0
Mir fallen private körperliche Belastungen wie Gartenarbeit, handwerkliche Tätigkeiten und Hausarbeit	☐ viel leichter	29	8	28	24	5	21
	☐ etwas leichter		16	55		12	50
	☐ unverändert		4	14		6	25
	☐ schwerer		1	3		1	4
	☐ betrifft mich nicht		0	0		0	0
Ich bin beschwerdefrei	☐ ja	29	6	20	24	3	12
	☐ nein		23	80		21	18
Falls nein: die Schmerzen sind	☐ viel geringer	23	14	61	21	10	48
	☐ etwas geringer		5	22		6	29
	☐ unverändert		4	17		5	23
	☐ stärker		0	0		0	0
Die Tage mit Schmerzen sind	☐ viel seltener	29	21	72	24	12	50
	☐ etwas seltener		4	14		6	25
	☐ ebenso häufig		4	14		6	25
	☐ öfter		0	0		0	0

© Springer-Verlag 2002

Dr. A. Hack
DaimlerChrysler AG Werk Gaggenau,
Postfach 1220, 76552 Gaggenau,
E-Mail: anton.hack@daimlerchrysler.com

Tabelle 3 (Fortsetzung)

Subjektive Ergebnisse unmittelbar und 6 Monate nach dem Training

Fragen	Fälle	nach Training	%	Fälle	6 Monate später	%
Die Beweglichkeit der Wirbelsäule ist nach der Behandlung						
☐ frei		7	25		0	0
☐ viel besser		13	45		11	46
☐ etwas besser	29	3	10	24	7	29
☐ unverändert		6	20		6	25
☐ schlechter		0	0		0	0
Wann im Verlauf des Trainings trat eine deutliche Verbesserung ein?						
☐ schon im ersten Drittel des Trainings		9	36			
☐ nach der Hälfte des Trainings		10	40			
☐ am Ende des Trainings	25	5	20			
☐ gar nicht		1	4			
Während des Trainings kam es zu einer Verschlimmerung der Schmerzen						
☐ ja		16	57			
☐ nein	28	12	43			
Wenn ja, die Schmerzen konnten beseitigt werden durch						
☐ manualmedizinische Behandlung (Dr. Hack)		10	63			
☐ andere ärztliche Behandlungen	16	2	12			
☐ keine Behandlung		4	25			
Medikamente (Tabletten/ Injektionen) gegen Rückenschmerzen benötige ich						
☐ nicht mehr					10	41
☐ weniger					3	12
☐ unverändert				24	2	8
☐ häufiger					7	29
☐ auch vorher keine Medikamente					2	8
Physikalische Behandlungen wie Mikrowelle, Reizstrom, Eis, Massage und Krankengymnastik benötige ich						
☐ nicht mehr					8	33
☐ seltener					5	21
☐ unverändert				24	6	25
☐ öfter					2	8
☐ auch vorher keine physikal. Behandlung					3	13
Arztbesuche wegen Rückenschmerzen benötige ich						
☐ nicht mehr					5	21
☐ viel seltener					9	38
☐ etwas seltener				24	2	8
☐ unverändert					8	33
☐ häufiger					0	0
Zur Erhaltung der Muskelkraft führe ich durch						
☐ Fortsetzung					3	13
☐ Training mit Geräten					9	39
☐ Übungen zu Hause				23	10	43
☐ mache ich nichts					1	5