

# Myofasiales Schmerzsyndrom

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie

Das **myofasiale Schmerzsyndrom** ist ein Krankheitsbild, das durch Schmerzen im Bewegungsapparat gekennzeichnet ist, welche nicht von Gelenken, Periost, Muskelerkrankungen oder anderen neurologischen Erkrankungen ausgehen. Im Gegensatz zur Fibromyalgie liegt beim MSS stets ein lokal begrenzter Schmerzzustand vor.

## Inhaltsverzeichnis

- 1 Ursache
- 2 Klinisches Bild und Diagnostik
- 3 Behandlung
- 4 Literatur
- 5 Leitlinien

## Ursache

Ursache für das myofasiale Schmerzsyndrom ist ein überempfindlicher Herd in einem Muskel, der als Triggerpunkt bezeichnet wird. Er entsteht durch Überlastung eines Muskels, die zu einer anhaltenden Kontraktion einzelner Sarkomere führt. Dabei kommt es zu einer lokal begrenzten Sauerstoffunterversorgung und zu einer Hemmung der Wiederaufnahme von Calcium in das sarkoplasmatische Retikulum und damit einer Dauerkontraktion. Dieser Kontrakturknoten ist meist tastbar. Die Ausschüttung von Botenstoffen führt zu einem Schmerz, der durch spinale Reflexe auf benachbarte Muskelbezirke ausdehnen kann.

Ausgangspunkt für Muskelüberlastungen können Stress, kleinste Schäden durch ständig wiederkehrende Bewegungen, Fehlernährung, hormonelle Störungen, Immobilität, Muskelschwäche, Krämpfe oder neurologische Schäden (Schädigungen einzelner Nervenwurzeln) sein. Auch eine Unterkühlung (z. B. zu dünne Kleidung im Winter) kann zur Entwicklung von Triggerpunkten führen.

## Klinisches Bild und Diagnostik

Charakteristisch ist ein lokaler druckempfindlicher Punkt, ein hartes gespanntes Muskelbündel (Muskelhartspann, *taut band*) und ein Ausstrahlen des Schmerzes in die so genannte Übertragungszone bei Druck auf den Triggerpunkt. Bei Druck auf den Triggerpunkt kommt es zu einem reflektorischen Zucken der dortigen Muskelfasern (lokale Zuckungsreaktion LZR). Zudem besteht eine eingeschränkte Beweglichkeit und Muskelschwäche des Gebietes. Eine Dehnung des Muskels ist schmerzbedingt nur eingeschränkt möglich.

Wenn der Schmerz bei Ausübung des Druckes einem Dermatom folgt, dann handelt es sich nicht um einen Triggerpunkt. So kann man Triggerpunkte immer klar von neurologischen Ursachen unterscheiden.

Muskelhartspann und reflektorisches Zucken fehlen bei den *tender points* der Fibromyalgie, allerdings treten bei 70 % der Fibromyalgie-Patienten gleichzeitig MSS-Triggerpunkte auf.

## Behandlung

Die Behandlung erfolgt vor allem durch Physiotherapie (Triggerpunkttherapie, Massage). Wärmebehandlungen, wie z.B. Naturfango, Rotlicht oder ein Körnerkissen, können im Anschluss zur eigentlichen Therapie durch die Anregung des Stoffwechsels ebenfalls einen positiven Einfluss haben.

Bei komplizierten Formen können Muskelrelaxantien wie Flupirtin, Tolperison oder Methocarbamol eingesetzt werden. Bei therapieresistenten Formen erfolgt eine invasive Behandlung durch Infiltration des Triggerpunkts. Dabei wird eine Nadel in den Triggerpunkt vorgeführt und hin- und zurückgeschoben (*dry needling*), gegebenenfalls werden isotonische Kochsalzlösung, ein Lokalanästhetikum oder Botulinumtoxin injiziert.

## Literatur

- Hans-Christoph Diener, Christoph Maier (Herausgeber): *Die Schmerztherapie: Interdisziplinäre Diagnose- und Behandlungsstrategien- mit Zugang zum Elsevier-Portal*. Elsevier, Urban&Fischer Verlag, 3. Ausgabe 2008, ISBN 9783437215414, S. 133 ff.
- Janet G. Travell et al.: *Handbuch der Muskel-Triggerpunkte. 1. Obere Extremität, Kopf und Thorax*. 2. Auflage 2002, Elsevier Urban & Fischer, ISBN 343741402X.

## Leitlinien

S3-Leitlinie *Fibromyalgiesyndrom: Definition, Pathophysiologie, Diagnostik und Therapie* (<http://www.awmf.org/leitlinien/detail/ll/041-004.html>) der Deutschen Interdisziplinäre Vereinigung für Schmerztherapie (DIVS). In: AWMF online (Stand 2012)

Von „[http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Myofaszielles\\_Schmerzsyndrom&oldid=133311286](http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Myofaszielles_Schmerzsyndrom&oldid=133311286)“

Kategorien: Krankheitsbild in der Neurologie | Schmerztherapie

- 
- Diese Seite wurde zuletzt am 21. August 2014 um 20:37 Uhr geändert.
  - Abrufstatistik

Der Text ist unter der Lizenz „Creative Commons Attribution/Share Alike“ verfügbar; Informationen zu den Urhebern und zum Lizenzstatus eingebundener Mediendateien (etwa Bilder oder Videos) können im Regelfall durch Anklicken dieser abgerufen werden. Möglicherweise unterliegen die Inhalte jeweils zusätzlichen Bedingungen. Durch die Nutzung dieser Website erklären Sie sich mit den Nutzungsbedingungen und der Datenschutzrichtlinie einverstanden.

Wikipedia® ist eine eingetragene Marke der Wikimedia Foundation Inc.