

EXTRA

Sprechstunde Rücken

**TAG DER
RÜCKENGESUNDHEIT
AM SONNTAG,
15. MÄRZ 2026**

Anzeigen-Sonderveröffentlichung

Foto: Shutterstock.com

Zeitungs
Gruppe
Münster



**Westfälische
Nachrichten**

Münstersche Zeitung

Im Gespräch vor der Praxis-Neueröffnung: Dr. med. Stephan Meyer-Schwickerath

Muskeln stärken, Operationen vermeiden, Schmerzen lindern

Der Orthopäde, Wirbelsäulenchirurg und Schmerztherapeut Dr. Stephan Meyer-Schwickerath eröffnet in Münster eine neue Praxis mit besonderem Anspruch, mit modernsten Diagnostik- und Therapieverfahren und einem innovativen Behandlungskonzept. Im Interview erklärt er, wie er mit seinem painchanger®-Ansatz und dem etablierten Powerspine®-Konzept neue Wege in der Orthopädie geht.

Herr Dr. Meyer-Schwickerath, Sie sind im Begriff eine neue Praxis in der Innenstadt von Münster zu gründen. Was erwartet Ihre Patienten?

Dr. Stephan Meyer-Schwickerath: Mein Schwerpunkt liegt auf der konservativen Allgemeinen Orthopädie und Wirbelsäulenorthopädie. Ziel ist es, Operationen und vor allem Wirbelsäulenoperationen zu vermeiden.

Ihr beruflicher Werdegang ist beeindruckend. Welche Stationen waren besonders entscheidend?

Meyer-Schwickerath: Prägend waren unter anderem die leitenden Tätigkeiten als Wirbelsäulenchirurg und Oberarzt im Wirbelsäulenzentrum des St. Josef-Stifts Sendenhorst sowie in der Universitätsmedizin der Ruhr-Universität Bochum. Aber auch die Ausbildung in der interventionellen Schmerztherapie sowie die Tätigkeiten als Leitender Oberarzt an der Klinik für Manuelle Therapie in Hamm und die Leitende Position am ZaR in Münster waren für mich entscheidend.

Sie haben mit dem painchanger®-Konzept eine eigene Methode entwickelt. Was steckt dahinter?

Meyer-Schwickerath: Das Konzept basiert auf einem umfassenden klinischen, manualmedizinischen und neuro-orthopädischen Untersuchungsverfahren, das nach einem Punktesystem über einen speziellen Algorithmus weiterführende gerätetechnische Diagnoseverfahren bahnt. Es führt individuell mit ganzheitlichem Ansatz zu

nicht-operativen Therapiemaßnahmen.

Wie verläuft die Behandlung?

Meyer-Schwickerath: Wir verfügen über modernste orthopädische Diagnostikverfahren und Behandlungsoptionen: Dazu gehört die Knochendichtemessung, Ultraschall, MRT (über Kooperationspartner), eine strahlungsfreie Haltungs- und Bewegungsanalyse, außerdem bieten wir gängige, wirbelsäulennahe Infiltrationen, eine computergestützte operationsfreie segmentgenaue Wirbelsäulendekompression als auch die Medizinische Trainingstherapie an zwei speziellen Powerspine®-Geräten im Rahmen des painchanger®-Konzeptes an. Ergänzend bestehen Kooperationen mit Spezialisten unseres hochrangigen Netzwerkes.

Was genau verbirgt sich hinter Powerspine®?

Meyer-Schwickerath: Powerspine® ist eine in Deutschland etablierte Medizinische Trainingstherapie zur Kräftigung der tiefen Wirbelsäulenmuskulatur, die für die Segmentstabilisierung verantwortlich ist. Powerspine® ist wissenschaftlich erforscht, die Wirksamkeit zwischenzeitlich an vielen tausend Patienten nachgewiesen. Powerspine® ist die technische Weiterentwicklung und High-End-Lösung der klassischen Segmentstabilisation, wie sie auch in Schmerzkliniken oder Rehakliniken vermittelt wird. Hierbei kommen zwei spezialisierte Geräte zum Einsatz: eines für die Halswirbelsäule und eines für die Lendenwirbelsäule. Diese verfügen über ein komplexes Fixierungssystem und arbeiten softwaregestützt, um eine gezielte Aktivierung und einen systematischen Aufbau der tiefen Wirbelsäulenmuskulatur zu ermöglichen.

Welche Wirbelsäulen-Erkrankungen lassen sich denn bei Ihnen wirksam behandeln, vor allem ohne Operation?

Meyer-Schwickerath: Un-

spezifische Rückenschmerzen aber auch deutlich schwerwiegendere Erkrank-

kungen wie Bandscheibenvorfälle, Gleitwirbel und verschleißbedingte Veränderun-

gen wie zum Beispiel Verengungen des Rückenmarkskanals. (pm)



Die Neueröffnung seiner Praxis an der Adresse Alter Steinweg 42 in Münster hat Dr. Stephan Meyer-Schwickerath für den 4. Mai geplant. Eine Terminbuchung ist über www.doctolib.de bereits möglich. Foto: Meyer-Schwickerath



Gemeinsam gegen den chronischen Schmerz



UMFASSEND UND ZIELGERICHTET

INTERDISZIPLINÄR UND MULTIMODAL

MEHR LEBENSQUALITÄT

Patientinnen und Patienten mit chronischen Schmerzen erhalten im Rahmen eines stationären Aufenthalts in der Raphaelsklinik eine interdisziplinäre, multimodale Schmerztherapie (IMST). Ziel ist es, durch gezielte Aktivierung und Therapie das Schmerzerleben zu reduzieren und die Lebensqualität zu verbessern.

Raphaelsklinik
Loerstraße 23 | 48143 Münster
Multimodale Schmerztherapie
Tel.: (0251) 5007-4262
schmerz.raphaelsklinik@alexianer.de

Warum das richtige Bett so wichtig ist

Rückengesund schlafen

Ein gesunder Rücken entscheidet maßgeblich über Lebensqualität. Wer morgens mit Verspannungen im Nacken oder Schmerzen im unteren Rücken aufwacht, spürt schnell, wie sehr erholsamer Schlaf das Wohlbefinden beeinflusst. Dabei beginnt Rückengesundheit nicht erst mit Bewegung oder Physiotherapie – sondern jede Nacht im eigenen Bett.

Während wir schlafen, regenerieren sich Bandscheiben, Muskeln entspannen sich und die Wirbelsäule sollte ihre natürliche Form beibehalten können. Doch genau hier liegt häufig das Problem: Eine falsche Liegeposition, eine ungeeignete Matratze oder ein nicht passendes Kissen können dazu führen, dass die Muskulatur über Stunden unter Spannung steht. Die Folge sind Verspannungen, Kopfschmerzen oder anhaltende Rückenbeschwerden.

Eine zentrale Rolle spielt dabei das Kissen. Besonders Nackenstützkissen können helfen, die Halswirbelsäule in Seiten- oder Rückenlage stabil zu halten. Ziel ist es, Kopf und Nacken so zu lagern, dass die Wirbelsäule eine möglichst gerade Linie bildet. „Viele Menschen unterschätzen, wie stark sich ein ungeeignetes Kissen auf die gesamte Statik des Körpers auswirken kann“, erklärt Lea Jeggle, Geschäftsführerin von



Mithilfe moderner Vermessungssysteme wird ermittelt, wie die Wirbelsäule im Liegen verläuft und wo gezielte Unterstützung notwendig ist.

„Jeggle Das Bett“ in Münster. Entscheidend sei immer die individuelle Abstimmung – auf Körperbau, Schulterbreite, bevorzugte Schlafposition und bestehende Beschwerden.

Um diese Faktoren sichtbar zu machen, setzt das Traditionsunternehmen auf eine

professionelle Liegeanalyse. Mithilfe moderner Vermessungssysteme wird ermittelt, wie die Wirbelsäule im Liegen verläuft und wo gezielte Unterstützung notwendig ist. So lassen sich Matratze, Lattenrost und Kissen optimal aufeinander abstimmen – für eine spürbare Entlastung



Lea Jeggle und Peter Dust kennen sich aus und wissen, worauf es beim Bettenkauf ankommt.

Fotos: Guido ten Brink

über viele Stunden hinweg.

Denn der Körper braucht Zeit, um sich an ein neues Schlafsystem zu gewöhnen.

Deshalb bietet „Jeggle Das Bett“ eine 100-Tage-Wohlfühlgarantie an. Diese ermöglicht es, die gewählte Lösung im Alltag ausgiebig zu testen und bei Bedarf gemeinsam

anzupassen.

Rückengesundheit ist kein Zufall. Sie entsteht durch bewusste Entscheidungen – und beginnt jede Nacht aufs Neue. Wer ergonomisch richtig liegt, schafft die Grundlage für tiefere Erholung, weniger Beschwerden und mehr Energie im Alltag. (pm)



Dr. med. Stephan Meyer-Schwickerath

Praxis für Allgemeine Orthopädie und Wirbelsäulenorthopädie

www.orthopaedie-meyer-schwickerath.de

Unser Leistungsspektrum:

Vorbeugung, Behandlung und Nachbehandlung aller orthopädischen Erkrankungen
Schwerpunktpraxis für Wirbelsäulenleiden und Haltungstörungen aller Altersgruppen

- ambulante Stufendiagnostik und Therapie bei akuten und chronischen Rückenschmerzen nach dem painchanger®-Konzept
- Vermeidung von Operationen bei relativer OP-Indikation, wie Bandscheibenvorfälle, Gleitwirbel, verschleißbedingte Veränderungen z.B. Verengungen des Rückenmarkskanals
- Medizinische Trainingstherapie nach dem POWERSPINE®-Konzept
- modernste ärztliche und gerätemedizinische Diagnostik- und Therapie-Verfahren

Demnächst in Münsters
Innenstadt!



Dr. med. Stephan Meyer-Schwickerath

Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie | Spezielle Schmerztherapie
Manuelle Medizin/Chirotherapie | Medizinischer Gutachter
Alter Steinweg 42 | 48143 Münster | info@orthopaedie-meyer-schwickerath.de

Tel: 0151/40 35 0 200

Sprechen Sie auf die Mailbox.
Ich rufe Sie zurück!

Doctolib

Termin online
buchen