

Neurochirurg Patrick Simons doet boekje open over de rug

De hernia weg

Neurochirurg Patrick Simons besloot al vroeg in zijn carrière om zich volledig te concentreren op rugklachten. Na een kwarteeuw praktijk in onder meer de MediaPark Klinik in het Duitse Keulen stelt hij vast dat er nog veel fabeltjes en kletspraat de ronde doen over lage rugpijn, hernia en stenose. Reden voor hem om een toegankelijk boekje te schrijven over de rug, de kern van het lichaam, getiteld *De hernia weg*.

Door Jos Cortenraad

Eerste fabeltje: Patrick Simons opereert alleen maar. 'Onzin dus. Van de honderd mensen die zich bij mij melden met rugklachten, opereer ik er hooguit twintig. De meeste klachten verdwijnen vanzelf, al dan niet met therapie, rust of een aangepaste houding. Ik ben van mening dat artsen hun patiënten vaak niet goed voorlichten, niet goed uitleggen wat er aan de hand is. Natuurlijk is de rug een ingewikkeld deel van het lichaam en soms is het nodig om in te grijpen. Maar in de meeste gevallen hoeft dat niet.'



MISVERSTANDEN

Patrick Simons zal het zelf niet gauw zeggen, maar er zullen niet veel neurochirurgen zijn die meer weten van de rug dan hij. Meer dan vijfenzeventigduizend patiënten heeft hij gezien, ruim twaalfduizend operaties werden door hem uitgevoerd. Vooral hernia's weggehaald, met de meest geavanceerde apparatuur en technieken, of stenose opgelost. Altijd begeleid met heldere informatie. 'Die informatie wil ik graag delen', verklaart hij het idee om een boekje te schrijven over het functioneren van de rug. 'Ik wil

misverstanden ophelderen en uitleggen waar rugpijn vandaan komt en wat de mogelijke oplossingen zijn. Waarom? Noem het een missie. Te vaak krijg ik mensen in mijn praktijk die bang zijn, die denken dat ze hier een dwarslaesie kunnen oplopen bij een lagerugoperatie. Die geen idee hebben hoe ze hun rug beter kunnen verzorgen. Het is mijn missie om mensen te helpen. Een helder boekje kan in elk geval veel fabeltjes uit de wereld helpen.'

BEELDSPRAAK

Patrick Simons werd geboren in Swalmen, studeerde Medicijnen in Nijmegen en specialiseerde zich in het Duitse Münster tot neurochirurg. Eind jaren negentig vestigde hij zich in Keulen waar hij vooral Duitse en Nederlandse patiënten behandelt. In zijn boekje gebruikt hij graag beeldspraak om het verhaal simpel te houden. Zo vergelijkt hij stenose met een file op de autosnelweg. Preventie heet strekken en bewegen. In tien hoofdstukken gaat hij in op de oorzaken van rugpijn, hernia en stenose.

Nog zo'n kletspraatje: aan slijtage in de rug met pijn als gevolg is niets te doen. 'Dus wel. Met ijs kunnen we de zenuw uitschakelen waardoor de pijn verdwijnt. Deze behandeling voeren we dagelijks uit. Niet ingewikkeld of gevaarlijk, net als de andere behandelingen. Ik wil met dit boekje niet meer of minder dan heldere en eenvoudige informatie geven. Een service aan iedereen die geïnteresseerd is. Meer niet.'



1 Lezersactie

Boekje bestellen

Het boekje *De hernia weg* van Patrick Simons is te bestellen via de website van Nummer 1 (www.nummer1.nl/lezersacties).

Meer informatie over de praktijk van Patrick Simons op www.mediapark-klinik.de, www.hernia-weg.de en www.ruecken-doc.de.