

---

Subject: RU und mittlere Rückenschmerzen  
Posted by [dennybm](#) on Sun, 24 Mar 2024 07:43:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo zusammen, gibt es hier wen, bei dem sich durch die Anwendung von RU mittlere Rückenschmerzen entwickelt haben?

Bin Student, 30 Jahre, sportliche schlanke Statur.  
Habe RU (only) seit Ende November 23 für 3 Monate genommen. War soweit zufrieden mit den Ergebnissen. Hätte gerne weiter gemacht. Aber nach ca. 2 Wochen haben sich Rückenschmerzen im mittleren Bereich bei mir entwickelt. Ich hatte die Vermutung, dass sie aufgrund mangelnder Bewegung zustande kamen, da ich zu der Zeit auch mit Sport (Fitness) pausiert habe und wirklich sehr viel im Bett lag. Bin jetzt seit einem Monat wieder sportlicher aktiv und stärke meine Bauch und Rückenmuskulatur. RU seit einem Monat abgesetzt. Jedoch bekomme ich die Rückenschmerzen nicht los.

War vor 3 Wochen beim Orthopäden, der beim Röntgen nichts auffälliges feststellen konnte. Werde demnächst mal Nieren, Lunge und Herz untersuchen lassen.

Über das Teilen eurer Erfahrungen (Nebenwirkungen) mit RU und auftretenden mittleren Rückenschmerzen wäre ich dankbar.