

Malika Dzumaev nach Bandscheibenvorfall: Tanzen ist mein Leben!

Malika Dzumaev, „Let’s Dance“-Teilnehmerin, spricht über ihre Verletzung und den Kampf um Rückkehr im Tanz nach Bandscheibenvorfall.



Krankenhaus, Deutschland - Die Profitänzerin Malika Dzumaev, bekannt aus der beliebten Tanzshow „Let’s Dance“, hat sich mit einem dramatischen Gesundheitsupdate zu Wort gemeldet. Nach einem Bandscheibenvorfall an der Halswirbelsäule sieht sich die 34-jährige gezwungen, eine Zwangspause vom Tanzen einzulegen. In einem emotionalen Instagram-Post äußerte sie, dass die Verletzung plötzlich auftrat und mit „großen Schmerzen“ sowie einer Nervenquetschung einhergeht, die in ihren Arm und ihre Hand ausstrahlen. Sie ist Teilnehmerin der aktuellen Staffel von „Let’s Dance“ und hat in der Vergangenheit bereits einen Sieg in der Profi-Challenge

2023 gefeiert.

Am 30. Mai 2025 gab Dzumaev ein Gesundheitsupdate und zeigte sich dabei in einem Krankenhaushemd, während sie auf eine zweite PRT-Spritze (periradikuläre Therapie) wartete. Diese Behandlung ist notwendig, um ihre Schmerzen, die durch Nervenwurzeln in der Wirbelsäule verursacht werden, zu lindern. Trotz ihrer Angst vor der Therapie, die in den sozialen Medien offen angesprochen wird, weiß sie, dass sie unumgänglich ist. Dzumaev betont, dass Tanzen ihr Leben sei und sie alles daran setze, um bald zurückzukehren.

Der Weg zur Genesung

Malika verfolgt eine konservative Therapie, um ihre Beschwerden zu lindern. Ärzte empfehlen oftmals eine nicht-operative Behandlung bei Bandscheibenvorfällen, die sich in vielen Fällen durch gezielte Bewegungstherapie und schmerzlindernde Maßnahmen erfolgreich gestalten lässt. Wie die **Apotheken Umschau** berichtet, können Medikamente wie Ibuprofen oder Paracetamol zur Schmerzlinderung eingesetzt werden. In schweren Fällen werden örtlich betäubende Medikamente oder Kortison gespritzt.

Um die Rückenmuskulatur zu aktivieren, ist Bewegung äußerst wichtig. Während Dzumaev auf eine rasche Genesung hofft, sollte sie, wie in der medizinischen Literatur empfohlen, intensive körperliche Belastungen vermeiden und auf regelmäßige Physiotherapie setzen. Die Kombination aus medikamentöser Behandlung und gezielter Bewegung könnte helfen, ihre Beschwerden in den kommenden Wochen zu lindern.

Die Sehnsucht zurück zur Bühne

Obwohl Malika vor der Profi-Challenge des „Let’s Dance“-Finales steht, wird ihre Teilnahme aufgrund des aktuellen Gesundheitszustands als unwahrscheinlich angesehen. In ihren

neuesten Posts äußert sie das tiefe Gefühl der Sehnsucht nach ihrer „Let’s Dance“-Familie und der Bühne. Ihre letzten Tänze boten eine emotionale Reise, die von der Verletzung überschattet wird. Der Sieger der letzten Staffel plant, sich nicht operieren zu lassen, was bedeutet, dass sie weiterhin auf ihre Genesung setzt und ihr Engagement für den Tanz aufrechterhält.

Mit der Hoffnung auf baldige Besserung bleibt Dzumaev optimistisch. Die letzten Wochen waren ein Kampf gegen Schmerz und Angst, doch die Leidenschaft für den Tanz motiviert sie, alles zu geben. Ihre Geschichte hat nicht nur ihre Fans, sondern auch die Tanzgemeinde berührt – eine tapfere Athletin, die sich für die Rückkehr auf die Bühne stark macht.

Details	
Vorfall	Gesundheitskrise
Ursache	Bandscheibenvorfall
Ort	Krankenhaus, Deutschland
Verletzte	1
Quellen	• www.gala.de • www.rtl.de • www.apotheken-umschau.de

Besuchen Sie uns auf: n-ag.net