

# Rückenschmerzen

## Beitrag von „fedmax“ vom 8. Januar 2006 um 21:32

Hallo zusammen

Meinen Touareg habe ich ziemlich genau vor einem Monat bekommen. Er ist mit Komfortsitzen mit Lordosenstützen ausgestattet. Seit dem Autowechsel habe ich Rückenschmerzen zu beklagen in der Lendengegend und wollte mich erkundigen, ob jemand im Forum ebenfalls Probleme hat oder von jemandem mit Problemen gehört hat?

Vielleichts liegts auch einfach dran, dass ich viel zu viel Auto gefahren bin seit ich meinen T-Reg habe: 6400km in 4 Wochen uahhh :o.

Grüsse aus Zürich  
Ronny

---

## Beitrag von „Thomas TDI“ vom 8. Januar 2006 um 21:38

Hallo Ronny,

ich habe zwar keine Komfortsitze, beobachte mit meinem Rücken aber genau das Gegenteil. Wenn ich einsteige, fühle ich mich richtig wohl und die Rückenprobleme sind wie weggeblasen. Wenn ich mit unseren Dienst-Passats unterwegs bin, passiert übrigens das gleich wie bei dir.

Thomas

---

## Beitrag von „agroetsch“ vom 9. Januar 2006 um 10:08

Hallo Ronny,

das habe ich noch nicht beobachtet, und ich bin rückenmäßig ziemlich empfindlich.

Weder im R5 mit Normalsitzen noch jetzt im V6 mit Komfortsitzen. Habe die Lordosenstütze allerdings auch nur leicht 'rausgedreht, sonst ist es irgendwie unangenehm.

---

### **Beitrag von „tengel“ vom 9. Januar 2006 um 10:20**

geht mir auch so... früher nach 3- 4 Stunden Fahrt war mein Rücken "kaputt"--- nach langen Fahrten im Dicken bin ich richtig erholt....

---

### **Beitrag von „Thanandon“ vom 9. Januar 2006 um 10:46**

Das kann ich auch bestätigen.  
nach langer Fahrt fühlt man sich top fit!

---

### **Beitrag von „T-RACK“ vom 9. Januar 2006 um 11:39**

Ich finde die Sitze auch superbequem.  
Allerdings schlafen mir bei langen Fahrten die A....backen ein. Das hatte ich in keinem anderen Fahrzeug.

---

### **Beitrag von „Thomas TDI“ vom 9. Januar 2006 um 12:32**

Zitat von T-RACK

Ich finde die Sitze auch superbequem.  
Allerdings schlafen mir bei langen Fahrten die A....backen ein. Das hatte ich in keinem anderen Fahrzeug.

Wie sitzt du denn??? 😄

Thomas

---

### **Beitrag von „iceage“ vom 9. Januar 2006 um 13:28**

hatte auch Probleme mit dem Rücken bei längeren Fahrten mit meinem Audi A4 - trotz Lordosenstütze - seit ich Touareg fahre auf Normalsitzen - alles wie weggeblasen!

LG  
Michael

---

### **Beitrag von „AceofspadeS“ vom 9. Januar 2006 um 14:05**

Ich finde die Standardsitze in meinem wirklich bequem und hatte auch noch nie irgendwelche Probleme nach längeren Fahrten.

Wenn jetzt dann bloß bald mal die Unterlegklötzchen lieferbar wären, damit sich die Sitze nicht dauernd absenken... 🙄

Bernhard

---

### **Beitrag von „fedmax“ vom 9. Januar 2006 um 14:37**

Danke für die vielen Antworten! Ich werd mal sehen was der Herr Doktor meint...

Grüsse  
Ronny

---

## **Beitrag von „Ganove“ vom 9. Januar 2006 um 15:03**

Zitat von fedmax

Danke für die vielen Antworten! Ich werd mal sehen was der Herr Doktor meint...

Grüsse  
Ronny

Touareg auf Rezept vom Doktor verordnet ???



---

## **Beitrag von „Honigtoertchen“ vom 9. Januar 2006 um 15:29**

Auch mein vorgeschädigter Rücken hat sich mit den Komfortsitzen des Dicken bestens angefreundet. Dabei sollte man die Sitzheizung nicht vergessen, auch die höchste Stufe fördert trotz subjektivem Unbehagen (zu heiss) dabei die Entspannung. Und die lordosestütze darf wie erwähnt nicht zu prominent sein.

H.

---

## **Beitrag von „Frösche“ vom 9. Januar 2006 um 16:58**

Wir haben ja normalerweise Stoffsitze und die finde ich richtig bequem, aber als wir einen 1 Monat lang den V10 fahren mussten/durften, der mit Ledersitzen ausgestattet ist, habe ich bei längeren Fahrten ebenfalls Rückenschmerzen bekommen und zwar dort, wo ich normalerweise keine habe, nämlich im unteren Rückenbereich.

Grüße Jenny

## Beitrag von „Thomas TDI“ vom 9. Januar 2006 um 19:55

Zitat von Fröschle

Wir haben ja normalerweise Stoffsitze und die finde ich richtig bequem, aber als wir einen 1 Monat lang den V10 fahren mussten/durften, der mit Ledersitzen ausgestattet ist, habe ich bei längeren Fahrten ebenfalls Rückenschmerzen bekommen und zwar dort, wo ich normalerweise keine habe, nämlich im unteren Rückenbereich.

Grüße Jenny

Wo soll denn der Bezug zwischen unterschiedlichem Sitzbezug und deinem Rücken sein? Wahrscheinlich wird das anderen Ursachen haben, die Konstruktion ist ja wohl identisch. Und die gibt ja den Ausschlag für den Sitzkomfort.

Thomas

---

## Beitrag von „dummytest“ vom 9. Januar 2006 um 19:58

Zitat von Thomas TDI

Wo soll denn der Bezug zwischen unterschiedlichem Sitzbezug und deinem Rücken sein? Wahrscheinlich wird das anderen Ursachen haben, die Konstruktion ist ja wohl identisch. Und die gibt ja den Ausschlag für den Sitzkomfort.

Thomas

ich denke, der V10 wird wohl elektr. Komfortsitze gehabt haben, die Stoffsitze sind eben "nur" Normalsitze.....

Obwohl ich auf den Normalsitzen nur kurz probe gesessen habe, kamen sie mir bequemer als meine jetzigen Ledersitze vor. Ich habe jedenfalls das letzte Mal Leder bestellt, bin aber auch selber schuld, wenn ich mich vom Verkäufer bequatschen lasse...

---

## **Beitrag von „Thomas TDI“ vom 9. Januar 2006 um 20:05**

Zitat von dummytest

ich denke, der V10 wird wohl elektr. Komfortsitze gehabt haben, die Stoffsitze sind eben "nur" Normalsitze.....

Obwohl ich auf den Normalsitzen nur kurz probe gesessen habe, kamen sie mir bequemer als meine jetzigen Ledersitze vor. Ich habe jedenfalls das letzte Mal Leder bestellt, bin aber auch selber schuld, wenn ich mich vom Verkäufer bequatschen lasse...

Wieso hast du nicht die Normalsitze mit Leder genommen? Habe ich auch. Du kannst aber recht haben. Der V10 hatte Komfortsitze, dann lag's mit Jennys Rückenschmerzen wahrscheinlich daran. Ist aber ein Armutzeugnis, für mehr Geld weniger Komfort zu bekommen.

Thomas

---

## **Beitrag von „Fröschle“ vom 9. Januar 2006 um 22:21**

Stimmt, Eric meinte, dass das Komfortsitze sind. Ich bin da immer seitlich weggerutscht und hatte keinen richtigen Halt.

Vielleicht liegt es ja an meinem niedrigen Gewicht :p, denn bei einem Auto, was gerade aus der Produktion gerollt ist und noch nicht von einem Mann mit T-Norm eingesehen wurde...

---

## **Beitrag von „jamesbond“ vom 9. Januar 2006 um 22:35**

Zitat von T-RACK

Ich finde die Sitze auch superbequem.

Allerdings schlafen mir bei langen Fahrten die A....backen ein. Das hatte ich in keinem

anderen Fahrzeug.

Das ist, weil es so gemütlich ist beim Fahren ..... da schläfst du schon "teilweise" ein

LG  
james

---

### Beitrag von „dummytest“ vom 10. Januar 2006 um 09:19

Zitat von Thomas TDI

Wieso hast du nicht die Normalsitze mit Leder genommen? Habe ich auch. Du kannst aber recht haben. Der V10 hatte Komfortsitze, dann lag's mit Jennys Rückenschmerzen wahrscheinlich daran. Ist aber ein Armutszeugnis, für mehr Geld weniger Komfort zu bekommen.

Thomas

Noch schlimmer:

ich wollte einen elektrischen Sitz, Leder finde ich eher nachteilig.

Allerdings bestand mein Händler (über die Kalkulation der Leasingrate 😞 ) auf Leder.

Ich mag kein Leder...

Ich brauch kein Leder...

Ist aber auch das allerletzte Mal, dass ich mich zu sowas breitschlagen lasse 🤦 . Der Verkäufer hatte meiner Meinung nach völlig veraltete Ansichten zu Lederausstattungen (gehört angeblich in so ein Auto rein...).

Wenn ich die Wahl hätte, dann würde ich als Gebrauchtwagen immer einen mit Stoffsitzen nehmen, wenn die sonstige Ausstattung stimmt, und genau da liegt leider oft das Problem.

---

### Beitrag von „Rocky Mountain“ vom 10. Januar 2006 um 09:47

Zitat von Thomas TDI

Der V10 hatte Komfortsitze, dann lag's mit Jennys Rückenschmerzen wahrscheinlich daran.  
Thomas

...oder es lag am höheren Anpressdruck in die Sitze, den der V 10 beim Beschleunigen erzeugt.



---

### Beitrag von „agroetsch“ vom 10. Januar 2006 um 10:23

Zitat von Fröschle

Stimmt, Eric meinte, dass das Komfortsitze sind. Ich bin da immer seitlich weggerutscht und hatte keinen richtigen Halt.

Vielleicht liegt es ja an meinem niedrigen Gewicht :p, denn bei einem Auto, was gerade aus der Produktion gerollt ist und noch nicht von einem Mann mit T-Norm eingesessen wurde...

Hallo Jenny,

ich finde eigentlich den Seitenhalt von den Komfortsitzen besser als von den "normalen". Sie haben auch rein optisch schon deutlichere Konturen.

Denke mal du bist eher auf dem Elefantenleder rumgerutscht, so lange du nicht selber Lederhosen anhast ist es halt rutschiger 😊

---

### Beitrag von „Thomas TDI“ vom 10. Januar 2006 um 12:28

Zitat von dummytest

Noch schlimmer:

ich wollte einen elektrischen Sitz, Leder finde ich eher nachteilig.

Allerdings bestand mein Händler (über die Kalkulation der Leasingrate 😞 ) auf Leder.

Ich mag kein Leder...  
Ich brauch kein Leder...

Ist aber auch das allerletzte Mal, dass ich mich zu sowas breitschlagen lasse  . Der Verkäufer hatte meiner Meinung nach völlig veraltete Ansichten zu Lederausstattungen (gehört angeblich in so ein Auto rein...).

Wenn ich die Wahl hätte, dann würde ich als Gebrauchtwagen immer einen mit Stoffsitzen nehmen, wenn die sonstige Ausstattung stimmt, und genau da liegt leider oft das Problem.

Alles anzeigen

Da bist du aber eher eine Ausnahme. Im Allgemeinen hat dein Verkäufer schon Recht.

Thomas

---

### Beitrag von „dschlei“ vom 10. Januar 2006 um 14:16

Zitat von dummytest

Noch schlimmer:

.

Ich mag kein Leder...  
Ich brauch kein Leder...

Bei uns werden Stoffsitze noch nicht einmal angeboten! Auch bei BMW, Benz, oder Audi kann man keine Stoffsitze bekommen. Ich habe auch immer gesagt, dass ich kein Leder mag, aber dameine letzten 3 Fahrzeuge Leder hatten, habe ich mich halt dran gewöhnt!

---

### Beitrag von „dummytest“ vom 10. Januar 2006 um 15:06

Zitat von dschlei

Ich habe auch immer gesagt, dass ich kein Leder mag, aber da meine letzten 3 Fahrzeuge Leder hatten, habe ich mich halt dran gewöhnt!

Genau das ist das Problem, ich gewöhne mich zwangsweise langsam an die Ledersitz, muss mich zusätzlich aber leider auch noch an den Aufpreis gewöhnen 😞 .

Danke, dass du mir bestätigst, dass es doch nicht nur mein Einzelschicksal ist... 😞

---

### **Beitrag von „dschlei“ vom 10. Januar 2006 um 15:21**

Zitat von dummytest

Genau das ist das Problem, ich gewöhne mich zwangsweise langsam an die Ledersitz, muss mich zusätzlich aber leider auch noch an den Aufpreis gewöhnen 😞 .

Danke, dass du mir bestätigst, dass es doch nicht nur mein Einzelschicksal ist... 😞

Natürlich, zumindest hier, bekommt man den Aufpreis teilweise beim Wiederverkauf zurück, bzw. Leder macht das Fahrzeug manchmal erst wiederverkaufsfähig!

Dank der Sitzheizung bekomme ich zumindest keinen kalten Hintern mehr bei Leder!

---

### **Beitrag von „Sandokahn“ vom 10. Januar 2006 um 15:51**

Ich hatte in meinem letzten Stoffhocker und hab jetzt auch wieder Stoffhocker hab schon 13 h am Stück darauf verbracht und hatte keine Lähmungserscheinungen .Wo hingehen ich sagen muß man sitzt auch auf den Komfortlederdingern gut ABER: das Glump ist so rutschig ,das man mit der Zeit Muskelkater bekommt vom ewigen "Körperhaltungwiederherstellen".

---

### **Beitrag von „Franks“ vom 10. Januar 2006 um 16:14**

Zitat von dschlei

Dank der Sitzheizung bekomme ich zumindest keinen kalten Hintern mehr bei Leder!

Ich habe eher das Problem andersrum: Im Sommer sind die Sitze so heiß, dass man sich den Hintern verbrennt, mit kurzen Hosen noch schlimmer. Ich habe daher ein weißes Handtuch drübergelegt, so habe ich Ledersitze mit Stoffauflage

Gruß,

Frank

---

### **Beitrag von „dberg“ vom 10. Januar 2006 um 16:35**

Ich mag meine Ledersitze eigentlich, und zu heiss werden die meiner Meinung nach auch nicht (habe hellgraues Leder). Das einzige was mich stoert ist das besagte rumgerutsche, da die Sitze ja kaum bis gar keinen Seitenhalt bieten. Und ich hetze nun mal gerne um Kurven rum.... (Jetzt bitte nicht beschweren ich haette doch das falsche Auto dafuer 😊)

Gruss,  
Andreas

---

### **Beitrag von „Mean-Andi“ vom 10. Januar 2006 um 16:59**

#### **Probleme mit dem Rumgerutsche ?**

Hab ich nicht 😊 ab 160 kg Lebendgewicht rutscht man im Treg keine 3 mm mehr 😊  
😂

**Also, was sagt uns das ? Ihr seid alle zu schmal für den Dicken**



---

### Beitrag von „jemy“ vom 10. Januar 2006 um 17:54

Genau Andi, das habe ich auch gerade gedacht. 😄

Hast mit die Buchstaben von der Tastatur genommen.

Sind sie selbst dran Schuld, wenn sie sich einen T bestellen und dann die T-Norm nicht erfüllen.



---

### Beitrag von „tengel“ vom 11. Januar 2006 um 10:33

Zitat von Mean-Andi

ab 160 kg Lebendgewicht rutscht man im Treg keine 3 mm mehr[/b] 😄 😄

... das Gewicht hätte ich - nach dem Bild von Dir- auch etwa geschätzt....



---

### Beitrag von „DerMeerdorfer“ vom 11. Januar 2006 um 11:35

Hallo Kollegens,

das Problem mit den Rückenschmerzen hatte ich früher auch. Bis mein Arzt mal darauf aufmerksam macht, bei längeren Fahrten den Geldbeutel aus der Gesäßtasche zu nehmen. Man sitzt dann nämlich auf dem Ding und das Becken steht schief.

Seit dem habe ich keine Probleme mehr. Theoretisch kann es bei der Lederausstattung ja stärker auftreten, da das Leder weniger elastisch ist und der Geldbeutel weniger einsinkt.

Ist vielleicht ein Ansatz

Viele Grüße

Stefan

## Beitrag von „iceage“ vom 11. Januar 2006 um 11:46

Zitat von DerMeerdorfer

Hallo Kollegens,

das Problem mit den Rückenschmerzen hatte ich früher auch. Bis mein Arzt mal darauf aufmerksam macht, bei längeren Fahrten den Geldbeutel aus der Gesäßtasche zu nehmen. Man sitzt dann nämlich auf dem Ding und das Becken steht schief.

Seit dem habe ich keine Probleme mehr. Theoretisch kann es bei der Lederausstattung ja stärker auftreten, da das Leder weniger elastisch ist und der Geldbeutel weniger einsinkt.

Ist vielleicht ein Ansatz

Viele Grüße

Stefan

Alles anzeigen

seit der letzten steuerreform haben wir keine geldbeutel mehr 🙄

Ig

Michael

---

## Beitrag von „Mean-Andi“ vom 11. Januar 2006 um 12:29

Zitat von iceage

seit der letzten steuerreform haben wir keine geldbeutel mehr 🙄

Ig

Michael

... und die 1-2 kleinen Plastikkärtchen, die uns noch verblieben sind, tragen nicht so auf.

---

### Beitrag von „fedmax“ vom 11. Januar 2006 um 18:40

Problem diagnostiziert meine Herren und es ist nicht der TReg: Es geht momentan ein Virus um, der, wenn er genug lange im Körper bleibt auf die Muskeln übergeht. So sind bei mir die Muskeln bei 4 Rückenwirbeln entzündet plus noch 2 mehr. Nach 10 Tagen soll der Spuk mit Medikamenten vorbei sein 😊

Grüsse  
Ronny

---

### Beitrag von „AceofspadeS“ vom 11. Januar 2006 um 23:43

Zitat von iceage

seit der letzten steuerreform haben wir keine geldbeutel mehr 😞

Ig  
Michael



Stimmt! Unser Geld ist jetzt im Beutel vom Karl-Heinz Grasser...

Bernhard

---

### Beitrag von „hsv2025“ vom 23. März 2025 um 16:23

Moin. Ich habe das Problem Rückenschmerzen auch.... Ich fahre jetzt erst ein paar Tage... aber das ist echt unangenehm.. (Im Kodiaq mit den Sportsitzen fas Problem nicht.) Ich sitze nur ein paar Minuten und sofort fangen die Beschwerden an...🤔 JEemand nach 19 Jahren vielleicht noch andere Erfahrungen gemacht? Gibt es vielleicht ein Kissen das hält?

---

### **Beitrag von „Sierrakiller“ vom 23. März 2025 um 17:27**

Moin

Wieviel km hat denn Dein Touareg runter?

Vielleicht sind die Sitze durchgesessen!?

---

### **Beitrag von „Horsti“ vom 23. März 2025 um 20:55**

Ich kann das mit den Rückenschmerzen bzw. bei mir auch im Hüftbereich bestätigen. Nach 315.000km, zwei Drittel davon mit nem stark übergewichtigen Vorbesitzer, ist mein Fahrersitz aber auch sehr durch-, bzw. schiefgesessen. Ich finde auch das Leder extrem rutschig, bzw. ist durch die Form der Sitze kaum Seitenhalt gegeben. Hab mal gelesen, das die 7P Sitze besser sein sollen, kann es aber mangels Erfahrung nicht bestätigen. Ich finde mich einfach damit ab. Ist halt ein altes(aber tolles)Auto.

---

### **Beitrag von „Hollowman“ vom 23. März 2025 um 22:34**

Hallo allerseits,

Hier möchte ich mich auch mal kurz mit einklinken.

Durch mein Hobby und die Liebe zu Autos konnte ich mittlerweile sehr sehr viele verschiedene Touaregs fahren und mein eigen nennen. Darunter bereits 4x 7L, 3x 7P und einen CR - diesen allerdings nur zwecks einer Fehlersuche für ein paar Tage.

Dass die Sitze vom 7P „besser“ sind als die vom 7L kann ich keinesfalls so grundsätzlich bestätigen. Der 7P bietet (die besseren Komfortsitze vorausgesetzt) auf jedem Fall mehr Seitenhalt. Ich habe aber jeden meiner 7L als deutlich komfortabler empfunden. Einfach ein gemütlicheres Langstreckentauglicheres sitzen. Der 7P möchte da halt (so wünscht es scheinbar die Allgemeinheit) einfach sportlicher daherkommen, der 7L war einfach nur ein gemütlicher Cruiser von dem seinerzeit keiner ein sportliches Fahrverhalten geschweige denn viel Seitenhalt in den Sitzen abverlangt hat.

Lange Rede kurzer Sinn... Ich bin mir ziemlich sicher, dass dein Sitz einfach nicht mehr in Ordnung beziehungsweise einfach durchgesehen ist. Vielleicht eventuell sogar durch einen vorausgegangenen Unfall verformt?

Auf den gängigen online-Portalen gibt es doch immer Angebote für gebrauchte Sitzen aus irgendwelchen Schlachtfahrzeugen. Tu deinem Rücken doch was gutes, nimm schlimmstenfalls 200 - 300 € in die Hand und probier mal für ein paar Wochen aus mit einem anderen Sitz zu fahren. Umbauen ist keine Mammutaufgabe, kriegt man als Laie locker hin.

Wenn du hier im Forum, Bilder und Ausstellungsdetails von deinem Touareg postest, ist man dir bestimmt auch bei der Suche nach einem passenden Sitz behilflich.

Gruß, Michael

---

### **Beitrag von „hsv2025“ vom 2. April 2025 um 21:12**

Ich habe die gleichen Probleme auch auf dem Beifahrersitz.... Ich hatte das im Phaeton auch... irgendwie passen diese Komfortsitze nicht zu mir...

Kann man theoretisch einen ganz anderen Sitz einbauen? Hat das schon mal jemand gemacht?