



Volkskrankheit Nr. 1: Arthrose an Schulter und Hüfte

Drohende Entwicklung rechtzeitig stoppen

Kennzeichen einer Gelenkarthrose ist ihr schicksalhafter Verlauf, der früher oder später bei einem künstlichen Gelenkersatz endet. Diesen weitverbreiteten Irrtum zu widerlegen, hat sich Dr. Michael Lehmann von der Athletikum Group zur Aufgabe gemacht. Der renommierte Gelenkspezialist zeigt auf, wie eine sich anbahnende Arthrose rechtzeitig gestoppt werden kann.

Herr Dr. Lehmann, warum hält sich bis heute die Meinung: „Bei Arthrose da kann man nichts machen, da hilft nur die Prothese?“

Dr. Lehmann: Früher war es in der Regel so, dass die Patienten sich bei Gelenkschmerzen erst dann bei einem Arzt vorgestellt haben, wenn die Schmerzen unerträglich waren. In solch fortgeschrittenen Stadien bleibt therapeutisch nur noch das Kunstgelenk, das viele Patienten dann allerdings auch als echte Befreiung erleben. Dies hat sich schnell herumgesprochen und zum guten Image des künstlichen Gelenkersatzes beigetragen. Dies ist leider nur eines von vielen Beispielen in unserem Gesundheitssystem dafür, dass man sich therapeutisch fast ausschließlich um die Fälle bemüht, in denen das Kind bereits in den Brunnen gefallen ist. Das Kind davon abzuhalten überhaupt

erst in den Brunnen zu fallen, diese Denkweise ist bisher noch eher selten anzutreffen. Ich hoffe allerdings, dass in Zukunft die Vorbeugung ein sehr viel stärkeres Gewicht bekommen wird. So lassen sich nicht nur viel Leid und Schmerz bei den Patienten verhindern, nebenbei könnte auch viel Geld gespart werden und eine medizinische Versorgung auf hohem Niveau bezahlbar bleiben. Eine Krankheit verhindern ist immer preiswerter als sie – voll ausgebrochen – zu behandeln. Mit den modernen arthroskopischen Techniken haben sich in den letzten Jahren vielfache Möglichkeiten eröffnet, die Entwicklung einer Arthrose zu verhindern oder zumindest lange hinauszuögern. Leider spricht sich das – weil die Erfolge nicht so spektakulär sind, sondern sich eher langfristig bemerkbar machen – nicht ganz so schnell herum.

An welche Möglichkeiten denken Sie da?

Dr. Lehmann: Eine sehr häufige Veränderung, in deren Folge sich eine Arthrose an der Hüfte entwickeln kann, ist das sogenannte Impingement. Dabei handelt es sich um eine mechanische Konfliktsymptomatik zwischen Hüftkopf und Pfanne. Ausgelöst wird das Impingement durch knöcherne Anlagerungen an Hüftkopf und/oder Gelenkpfanne. Ohne therapeutisches Eingreifen entwickelt sich dann zwangsläufig früher oder später eine Arthrose. Bis vor wenigen Jahren war eine Korrektur nur durch eine offene Operation mit großem Komplikationspotenzial möglich. Heute können die Anlagerungen im Rahmen einer Arthroskopie abgetragen werden. Dies belastet den Patienten wenig und doch kann so – frühzeitig genug eingesetzt – die Ausbildung einer Arthrose verhindert werden. Auch an der Schulter gibt es eine Reihe

DIAGNOSE & THERAPIE

von Veränderungen, die eine Arthroseentwicklung stark begünstigen. Eine besondere Rolle spielen dabei wiederholt auftretende, kleinste Verletzungen, sogenannte Mikrotraumata, die vielfach kaum bemerkt werden, oder sogenannte Makrotraumata (Unfälle mit Schulterverletzungen). Aber auch chronische Instabilitäten der Bizepssehne sowie eine genetisch bedingte Minderbelastungsfähigkeit des Knorpels können ursächlich sein. All diese Veränderungen sollten nach Möglichkeit frühzeitig korrigiert werden, damit einer Arthroseentwicklung der Boden entzogen wird.

*Dr. Michael Lehmann
ist Spezialist für
die arthroskopische
Behandlung von
Schulter- und
Hüfterkrankungen.*



Sowohl an der Schulter als auch an der Hüfte liegen oftmals kombinierte Veränderungen vor, die alle – wenn der Eingriff langfristig erfolgreich sein soll – erfasst und gegebenenfalls behandelt werden müssen. Ich plädiere daher nachdrücklich dafür, dass sich Patienten bereits bei beginnenden Gelenksbeschwerden bei einem in der Arthroskopie versierten Spezialisten vorstellen. Wichtig ist aber auch der Hinweis auf eine spezialisierte Physiotherapie sowie die Unterstützung durch entsprechende Nahrungsergänzungsmittel und Hyaluronsäure-Präparate.

Heißt das, es dauert nicht mehr lange und die Arthrose wird ausgerottet sein?

Dr. Lehmann: Das wird wohl leider eher nicht der Fall sein. Arthrosen, die z. B. auf einer angeboren schlechten Knorpelqualität beruhen, wird es sicherlich weiter geben. Zwar kann auch deren Entwicklung durch eine angepasste Lebensweise deutlich verzögert werden, aber nicht immer lassen die Lebensumstände das zu. Was aber sehr wohl beeinflusst werden kann, sind Gelenkveränderungen, die direkt oder indirekt die Arthroseentstehung begünstigen wie die oben schon erwähnten Impingementformen. Aber auch z. B. Risse der Rotatorenmanschette oder Erkrankungen der Bizepssehne haben längerfristig Einfluss auf die Knorpelqualität. Werden solche Veränderungen frühzeitig behandelt – natürlich arthrosko-

pisch ohne Narben zu setzen – kann eine ausreichende Ernährungssituation für den Knorpel erhalten bleiben. Ein ganz großes Potenzial sehe ich zudem für Patienten, bei denen es aufgrund von Unfällen zu traumatischen Knorpelverletzungen gekommen

ist. Dies können Knorpelabspaltungen oder auch Verletzungen der Pfannenlippe sein. Werden diese Schäden rechtzeitig behoben, wird einer Arthroseentwicklung der Boden entzogen. An der Schulter sind solche Interventionen ja schon seit einigen Jahren etabliert. An der Hüfte werden derartige Eingriffe aufgrund der erheblichen Komplexität bisher nur an wenigen Zentren mit viel Erfahrung durchgeführt. Wichtig für die Prognose des Gelenks ist der Grad der Knorpelschädigung. Deswegen sind frühzeitiges Erkennen und frühzeitige Intervention unerlässlich zur Vermeidung einer späteren Prothese.

Ich bin der festen Überzeugung, dass bei konsequenter frühzeitiger Anwendung von arthroskopischen Techniken zur Arthrose-Prophylaxe langfristig die Zahl der erforderlichen Gelenkprothesen deutlich zurückgehen wird, bzw. die Patienten sie erst in einem sehr viel höheren Lebensalter benötigen werden als heute noch.

Herr Dr. Lehmann, herzlichen Dank für Ihre Ausführungen!

Weitere Informationen

Wiesbaden Tel.: 0611 - 4 111 999
Freiburg Tel.: 0761 - 590 071 70
info@athletikum-group.de

Das Original TCM-Wellnesspflaster



Die Traditionelle-Chinesische Medizin (TCM) schöpft Ihre Kenntnisse aus uralter Tradition und birgt auch in der modernen Welt noch viele nützliche Geheimnisse.

Sie lehrt, dass den menschlichen Körper eine Vielzahl von Energiebahnen, „Meridiane“, durchfließen. Auf diesen Bahnen fließt die Lebensenergie oder „Qi“. Laut TCM sind viele Stoffwechselerkrankungen auf einen mangelhaften Qi-Fluss zurückzuführen.

Das TCM-Wellnesspflaster wird auf die Fußsohle aufgeklebt. Die im Pflaster enthaltenen, ausschließlich natürlichen Inhaltsstoffe können ein Wohlfühlgefühl erzeugen. Probieren Sie es aus!



**Jetzt bestellen!
Auch in Ihrer Apotheke!**

10er-Packung
PZN-Nr.: 4246040 EUR 29,95

30er-Packung
PZN-Nr.: 4246005 EUR 69,95

(zzgl. 6,60,- Euro Porto- und Verpackungskosten)

Tel.: 0221 - 940 82 0
Fax: 0221 - 940 82 11
Internet: www.health365.de
Email: info@health365.de

health365.de