



Schulterarthrose

Rechtzeitig und richtig behandeln

Dr. Michael Lehmann, Orthopäde und Sportmediziner und Gründer der Athletikum Group, verfügt als renommierter Experte über langjährige, reichhaltige Erfahrungen auf dem Gebiet der Schulterarthroskopie. Seit 2014 ist er als Schulter Spezialist und Hüftexperte am ETHIANUM Heidelberg tätig und dort erster Ansprechpartner für die Diagnostik und Behandlung von Schultererkrankungen und -verletzungen.

Herr Dr. Lehmann, welche Faktoren haben einen Einfluss auf die Entstehung einer Schulterarthrose?

Dr. Lehmann: Die wichtigste Ursache sind chronische Verschleißerscheinungen, welche häufig bei Menschen auftreten, die regelmäßig Überkopfbewegungen durchführen, wie z. B. Maler, Handballer oder Tennisspieler. Darüber hinaus kann auch eine genetische Disposition eine Rolle spielen. Seltener dagegen entsteht ein Knorpeldefekt aufgrund einer Verletzung oder eines Unfalls. Falls dann nicht rechtzeitig therapeutisch dagegen vorgegangen wird, kann sich solch ein isolierter Knorpeldefekt rasch auf das gesamte Gelenk ausdehnen.

Muss eine Schulterarthrose in jedem Fall behandelt werden?

Dr. Lehmann: Grundsätzlich führt jeder unbehandelte Knorpelschaden durch ständigen Mikroabrieb zu schwerwiegenden Folgen. Dazu gehören Entzündungen



Dr. Michael Lehmann

der Gelenkschleimhaut (Synovitis) sowie Schwellungen und Ergüsse im Gelenk, aber auch Knochenanbauten, die im Rahmen einer natürlichen Abstützungsreaktion einsetzen und die Beweglichkeit immer mehr einschränken. Im späteren Stadium einer Arthrose ist der Knorpelabrieb so weit fortgeschritten, dass fast jede Bewegung weh tut und auch im Ruhezustand und in der Nacht Schmerzen im Gelenk auftreten. Am Ende des krankhaften Prozesses ist der natürliche Gelenkspalt verschwunden. Das Gelenk ist dann zwar schmerzfrei, aber völlig eingesteift.

Welche Möglichkeiten gibt es, die Entwicklung einer Schulterarthrose aufzuhalten?

Dr. Lehmann: Um zu verhindern, dass sich aus einem unfallbedingten Knorpeldefekt eine Arthrose entwickelt, bietet sich in bestimmten Fällen die Autologe Knorpelzelltransplantation (ACT) an. Liegt dagegen bereits ein chronischer Verschleiß vor, bestehen grundsätzlich mehrere Behandlungsoptionen. Zum einen kann man die Muskeln, welche die Schulter umgeben, behutsam stärken, sodass die Belastungsfähigkeit der Schulter erhalten bleibt. Allerdings sollte dies möglichst unter fachkundiger physiotherapeutischer Anleitung geschehen. Nur so lässt sich verhindern, dass man durch eine zu große Krafteinwirkung der Schulter am Ende eher noch schadet. Zum anderen können wir unsere Strategie auf den Knorpel selbst ausrichten, indem wir auf eine vitaminreiche und ausgewogene Ernährung achten. Andererseits

empfehlen wir die Einnahme von sogenannten chondroprotektiven Nahrungsergänzungsmitteln und verabreichen bei Bedarf auch Hyaluronsäure-, selten auch einmal corticoidhaltige Injektionen.

Was kann man tun, wenn sich die Beschwerden auf diese Weise nicht in den Griff bekommen lassen?

Dr. Lehmann: Man muss sich klar machen, dass eine Schulterarthrose durch die verschiedensten schmerzauslösenden Faktoren verursacht werden kann.

Was leistet die Autologe Knorpelzelltransplantation (ACT)?

Knorpelschäden, die unfall- und verletzungsbedingte Ursachen haben, werden bis zum 40. Lebensjahr am ETHIANUM Heidelberg mit der Autologen Knorpelzelltransplantation (ACT) behandelt. Dabei werden gesunde Knorpelzellen entnommen und über einen Zeitraum von etwa sechs Wochen angezüchtet. Diese werden anschließend in den Defekt eingebracht, wo sie einen originären, hyalinen Knorpel bilden können. Allerdings lässt sich dieses Verfahren nur dann einsetzen, wenn es zwischenzeitlich nicht bereits zur Bildung einer Arthrose gekommen ist.



ETHIANUM Heidelberg

Schließlich ist die Schulter ein komplexes System aus Gelenken, Bändern, Sehnen, Schleimbeuteln und Muskeln, die alle eine Angriffsfläche für die unterschiedlichsten Störungen bieten. Diesen Störfaktoren müssen wir gezielt auf den Grund gehen. Am ETHIANUM Heidelberg bedienen wir uns dazu der vielfältigen Möglichkeiten, welche die Arthroskopie als therapeutisches Instrument bereithält. Dabei geht es z. B. um die Entfernung freier Gelenkkörper, die Glättung und Stabilisierung instabiler Knorpelränder oder die Lösung von Verklebungen. Liegt eine Schädigung

der Rotatorenmanschette oder des Labrums vor, kann eine entsprechende Rekonstruktion hilfreich sein. Eine weitere Option, die uns zur Verfügung steht, ist die Anwendung des sogenannten ACRA (articular cartilage regrowth arthroplasty)-Verfahrens. Damit lässt sich die Neubildung von Gewebe fördern. Dies geschieht, indem wir an den Stellen, wo die Knorpelschicht beschädigt oder abgetragen ist, die tote oberflächliche Schicht des Knochens abtragen. Auf diese Weise wird die Blutversorgung des Knochens wieder freigelegt, sodass Faserknorpel entstehen kann. Dieser wird zwar nie die Qualität des hyalinen Originalknorpels erreichen, kann aber dessen Funktion weitestgehend übernehmen.

Leider treten immer wieder Fälle auf, in denen sich ein künstlicher Gelenkersatz nicht vermeiden lässt.

Dr. Lehmann: Auch wenn die moderne Endoprothetik sehr gute Lösungen bietet, sollte man die Entscheidung für eine Endoprothese nicht zu leichtfertig

treffen. Schließlich hält auch der beste Gelenkersatz nicht ewig. Am ETHIANUM achten wir darauf, dass der Zeitpunkt für den Einsatz einer Endoprothese sorgfältig gewählt wird. Eine vielversprechende Option stellt die Versorgung mit einem Oberflächenersatz dar. Sie ist minimalinvasiv, knochensparend und erhält die Biomechanik des Schultergelenks. Für einen späteren möglichen Revisionseingriff liegen somit die besten Voraussetzungen vor.

► ETHIANUM Heidelberg
Voßstr. 6
69115 Heidelberg
Tel.: 06221/8723-339
orthopaedie@ethianum.de
www.ethianum.de

X-Press Center Freiburg
Schnewlinstr. 10
79098 Freiburg
Tel.: 0761/59007170
info@athletikum-group.de
www.athletikum-group.de