

Die Sonntagsprechstunde

Diesmal mit Dr. Klaus Fritsch zum Thema Rotatorenrisse der Schulter

Das Schultergelenk gehört zu den kompliziertesten Konstruktionen des menschlichen Körpers.

Das durch zahlreiche Muskeln und Sehnen stabilisierte Kugelgelenk ermöglicht Bewegungen in alle Richtungen, doch diese Mobilität hat ihren Preis: Sie macht die Schulter anfällig für Verletzungen und Überlastungsschäden.

Mindestens zehn Prozent aller Menschen sind von Schmerzen und Bewegungseinschränkungen im Schulterbereich betroffen. Bei älteren Patienten sind die Beschwerden oft durch einen Rotatorenriss verursacht. Fragen zu diesem Problem beantwortet der Bayreuther Arzt

Dr. Klaus Fritsch

Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sportmedizin. Spezialkompetenz: Operative Therapie Schulter und Knie, Sportverletzungen.

Dr. Klaus Fritsch hat sich unter anderem auf die Behandlung dieser Rotatorenriss spezialisiert.

Was ist die Rotatorenmanschette?

Die Rotatorenmanschette ist eine Gruppe von vier Muskeln, deren Sehnen eine breite Sehnenplatte über den Oberarmkopf bilden. Ihre Aufgabe ist das Heben und das Drehen des Armes im Schultergelenk. Die Sehnenplatte hat zwischen dem Oberarmkopf und der knöchernen Schulterhöhe nur einen begrenzten Platz.

Wann reißt die Rotatorenmanschette?

Meistens ist die Sehnenplatte schon degenerativ vorgeschädigt, z.B. durch jahrelange Überlastung. Beim Heben eines schwereren Gegenstandes oder bei einem Sturz kann es dann zu einem Riss der Sehnen kommen. Meistens ist die Supraspinatussehne betroffen. Es kommt danach zu Schulterschmerzen die in die Außenseite des Oberarms ausstrahlen, sowie zu einer Schwäche beim Heben des Armes. Die meisten Patienten klagen vor allem über Schmerzen beim Liegen, und

finden deswegen keinen Schlaf.

Wie erfolgt die Diagnose?

Bei der körperlichen Untersuchung kann man den Sehnenriss wegen der Schwäche und der Schmerzen bereits vermuten. Sichern kann man ihn jedoch nur durch Ultraschall oder eine Kernspintomographie.

Heilt der Sehnenriss durch Ruhigstellung?

Durch kürzere oder längere Ruhigstellung ist keine Heilung des Risses zu erwarten, sondern nur eine Einsteifung der Schulter. Die Schulter sollte trotz des Sehnenrisses schmerzabhängig bewegt werden. Der Riss in der Sehne wird im Laufe der Zeit größer werden. Das hängt damit zusammen, dass das Gewicht des Armes das eine Sehnenende nach unten zieht, und das andere Sehnenende durch den Muskelzug nach oben gezogen wird. Im Laufe von Monaten wird das „Loch“ in der Sehnenplatte größer und erfasst die anderen Sehnen mit.

Muss man also sofort operieren?

Eine dringende Operationsindikation besteht meist nicht. Die Sehne zieht sich nur langsam zurück, so dass die Operation auch noch nach Wochen, in vielen Fällen auch noch nach längerer Zeit möglich ist. Es ist individuell jedoch nicht vorauszusagen mit welcher Geschwindigkeit sich die Sehne zurückzieht, so dass man im Falle eines abwartenden Vorgehens auf jeden Fall eine Ultraschall- oder Kernspintomographie durchführen soll, um den Zeitpunkt nicht zu verpassen, zu dem die Sehne noch zu rekonstruieren ist.

Wie wird operiert?

Rotatorenriss können arthroskopisch, also durch eine „Schlüssellochoperation“ rekonstruiert werden. Dazu wird die abgerissene Sehne häufig mit kleinen resorbierbaren Schrauben am Oberarmkopf wieder befestigt. Da die Sehnen nur langsam stabil zusammenwachsen ist nach der Operation in der Re-

gel eine mehrwöchige Rehabilitationszeit notwendig.

Was passiert, wenn der Riss größer wird, und nicht operiert wird?

Die gerissene Sehne schrumpft weiter und degeneriert. Eine Rekonstruktion ist dann im weit fortgeschrittenen Stadium nicht mehr möglich. Es gibt leider kein gutes „Ersatzgewebe“ welches den Defekt überbrücken kann. Es kann dann im Endstadium zu einer Arthrose des Schultergelenks kommen. Eine Schulterprothese könnte dann zwar die Schmerzen lindern, jedoch keine gute Beweglichkeit mehr wiederherstellen.

Kann man vorbeugend etwas tun?

Falls der Raum zwischen der knöchernen Schulterhöhe und dem Oberarmkopf zu eng ist, und zu befürchten ist, dass die Rotatorenmanschette dadurch im Lauf der Zeit aufgerieben wird, sollte rechtzeitig durch eine Arthroskopie eine Erweiterung des verengten Raumes durchgeführt wer-

den, bevor es zu einem Riss der Sehnen kommen kann.



Dr. Klaus Fritsch.

Mitglied im Ärztenetzwerk



www.mein-gesundheitsnetzwerk.de

■ In unserer nächsten Sonntagsprechstunde geht es um xxx.

Zu Gast ist dann xxx.