

# Die Sonntagssprechstunde

## Zeitgemäße Arthrosebehandlung – Von Professor Dr. Hans-Georg Simank

### Fast jeder Mensch hat einmal Gelenkbeschwerden

Nahezu jeder Mensch bemerkt in seinem Leben Schmerzen in einem oder mehreren Gelenken. Falls die Beschwerden längere Zeit anhalten, sollte die Ursache geklärt werden. Bei jungen Menschen findet sich in der Regel eine äußere Ursache für die Beschwerden, beispielsweise ein Unfall oder eine Gelenküberlastung. Normalerweise können diese Beschwerden gut und erfolgreich behandelt werden, indem die ursächliche Störung beseitigt wird, wie beispielsweise ein Meniskusriss oder eine falsche Belastung.

Die wichtigsten Fragen beantwortet der Bayreuther Arzt **Professor Dr. Hans-Georg Simank**, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie.

### Arthrose häufige Ursache

Im Gegensatz dazu fehlt bei Gelenkbeschwerden im fortgeschrittenen Lebensalter meist eine ursächliche Bezie-

hung zu einem von außen einwirkenden Reiz oder einer Verletzung. Geht man den Beschwerden auf den Grund, so ergibt sich als Ursache häufig die Diagnose eines Gelenkverschleißes, einer Arthrose. Eine äußere Ursache für diesen Verschleiß kann oft nicht gefunden werden. Dieser Gelenkverschleiß ist in Westeuropa eine Volkskrankheit, die einerseits durch das zunehmende Lebensalter und andererseits durch eine ungesunde Lebensweise begünstigt wird. Häufig sind große Gelenke, z.B. Schulter-, Hüft- oder Kniegelenk, aber auch die Fingergelenke oder die Wirbelsäule betroffen.

### Ursache muss geklärt werden

Die Diagnose ist entscheidend für das weitere Vorgehen und wird in der Regel durch eine Erhebung der Krankengeschichte, eine körperliche Untersuchung und eine Röntgenuntersuchung gestellt. In Ausnahmefällen kann eine kernspintomogra-

fische Untersuchung oder eine Labordiagnostik bei Verdacht auf eine entzündlich-rheumatische Erkrankung sinnvoll sein.

### Behandlung immer zunächst nicht-operativ

Das Ziel der Therapie ist immer die Wiederherstellung der schmerzfreien Gelenkfunktion. In frühen Stadien der Arthrose ist eine konservative, d.h. nicht operative Behandlung in der Regel erfolgversprechend. Diese beinhaltet Physiotherapie („Krankengymnastik“) zum Erhalt oder zur Wiederherstellung der Beweglichkeit und Stabilität des betroffenen Gelenks und weitere medikophysikalische Anwendungen, wie Wasser-, Strom- oder Ultraschallbehandlungen.

Auch der kurzfristige Einsatz von entzündungshemmenden Medikamenten kann bei hoher Entzündungsaktivität des Gelenks sinnvoll sein. Bei hartnäckigen Beschwerden oder starker Entzündungsaktivität ist die Injektion eines

Entzündungshemmers in das Gelenk indiziert. Oft sind daneben orthopädische Zurichtungen an den Schuhen hilfreich. Im entzündungsfreien Intervall kann der Versuch des „Knorpelschutzes“ z.B. durch Hyaluronsäure-Injektionen unternommen werden. In jedem Fall gilt aber, dass die Wirksamkeit nicht vorhergesagt werden kann und ein „Wiederaufbau“ des zerstörten Knorpels nicht möglich ist.

### Operative Behandlung als letzter, aber erfolgreicher Schritt

Falls alle nicht-operativen Maßnahmen ohne Erfolg geblieben sind und die Schmerzen persistieren, kann dem Patienten der Gelenkersatz durch eine Operation angeboten werden. Die beklagten Beschwerden sind in diesen Fällen in der Regel so stark, dass die Patienten eine erhebliche Einschränkung ihrer Lebensqualität erleiden. Beispielsweise sind alltägliche Verrichtungen wie Spaziergänge,

leichte Arbeiten oder Hausarbeit nicht oder nur unter Schmerzen möglich. In diesen Fällen ist der Ersatz des betroffenen Gelenkes durch ein „Kunstgelenk“, eine Endoprothese, sinnvoll und in hohem Maße erfolgreich.

### Individuelle Entscheidung

Weil jeder Mensch unterschiedliche Ansprüche und Wünsche an eine Behandlung hat, ist die Arthrosetherapie in jedem Stadium der Erkrankung eine Einzelfallentscheidung. Aus diesen Gründen ist die Wahl der geeigneten Therapie immer individuell und soll im Einvernehmen zwischen Patienten und Arzt geplant und entschieden werden. Falls man sich für einen operativen Eingriff entscheiden muss, kann in der Regel eine schmerzfreie Funktion der Hüfte, des Knies der Schulter bei altersgemäßer Belastbarkeit wiederhergestellt werden.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.arthrose.oc-bayreuth.de](http://www.arthrose.oc-bayreuth.de)



Professor Dr. Hans-Georg Simank,  
Parsifalstraße 5, 95445 Bayreuth.

Mitglied im Ärztenetzwerk



Mein Gesundheitsnetzwerk

[www.mein-gesundheitsnetzwerk.de](http://www.mein-gesundheitsnetzwerk.de)

■ In unserer nächsten Sonntagssprechstunde geht es um das Thema „Akkupunktur“. Zu Gast ist Dr. med. Claudia Wollny.