



Sprechstunde am Sonntag

Frakturen des Oberarmkopfes

Mitglied im Ärztenetzwerk



Ein Bruch des Oberarmkopfes (= proximale Humerusfraktur) ist die dritthäufigste Fraktur der Röhrenknochen und bedeutet für den Betroffenen einen großen Einschnitt und Verunsicherung. Sowohl die Diagnostik als auch die Auswahl der Therapieoptionen muss sorgfältig mit den Patienten abgewogen und etwaige Begleitumstände abgeklärt werden. Die Operation kann häufig ein schnelles und gutes Ergebnis liefern, ist aber nicht immer für jeden Patienten die richtige Wahl.

Dr. med. Tim Klopfer, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie sowie spezieller Unfallchirurg mit langjähriger Erfahrung in der Frakturversorgung, beantwortet Fragen zur proximalen Humerusfraktur.

Wen betrifft der Oberarmkopfbrech hauptsächlich und wie häufig kommt dies vor?

Letztendlich können alle Altersklassen betroffen sein. Während es in der jüngeren Gesellschaft hauptsächlich die Hochrasanzunfälle (Fahrrad, Auto, Motorrad) sind, kommt es bei älteren Menschen häufig schon bei kleineren Traumata zu einem Knochenbruch (Stolpersturz auf die Schulter). Neben dem Bruch

des Handgelenks, Schenkelhalsregion der Hüfte sowie Wirbelkörper gehört der Oberarmkopf zu den häufigsten Frakturen des Menschen, betroffen sind gegenwärtig etwa 100 auf 100.000 Einwohner. Aufgrund des demographischen Wandels zeigt sich in den letzten Dekaden jedoch ein rasanter Anstieg der Fallzahlen.

Was sind typische Hinweise für eine Verletzung am Oberarmkopf und wie wird weiter verfahren?

In der Regel geht ein entsprechendes Trauma voran. Wenn dann der Arm nicht mehr uneingeschränkt wie vor dem Unfall bewegt werden kann, ein ausgeprägter Bluterguss vorliegt oder gar eine Störung der Empfindung am Arm festzustellen ist, sollte zeitnah ein Arzt zur weiteren Abklärung aufgesucht werden. Nach der körperlichen Untersuchung folgt meist eine Röntgendiagnostik.

Oberarmkopffrakturen lassen sich hiermit in der Regel nach wie vor sehr gut diagnostizieren. Je nach Komplexität oder Schwere der Verletzung schließt sich häufig noch ein CT (Computertomographie) an. Dies hilft, sowohl das genaue Ausmaß der knöchernen Verletzung sowie Risiken einzuschätzen, als auch dem Operateur, den Eingriff zu planen. In seltenen Fällen ist auch noch ein MRT (Magnetresonanztomographie) zu empfehlen, wenn der Verdacht auf eine Sehnenruptur besteht.



Abbildung einer winkelstabilen Plattenosteosynthese bei einer Oberarmkopffraktur. (Mit freundlicher Genehmigung durch Firma J&J DePuy Synthes)

Muss dann jeder Bruch operiert werden?

Nein. Gerade bei älteren Menschen mit wenig verschobenen Brüchen, schlechter Knochenqualität oder hohem OP-Risiko aufgrund multipler Vorerkrankungen, muss die Entscheidung sehr kritisch getroffen werden. Auch mit einer konservativen Therapie ohne Operation kann häufig ein hervorragendes Ergebnis erzielt werden. Letztendlich ist es immer eine sehr individuelle Entscheidung, welche viel Erfahrung vom behandelnden Arzt erfordert. Beim jüngeren Menschen läuft es

häufig auf eine operative Therapie hinaus, da meist ausgeprägte Traumata und entsprechende Dislokationen vorliegen. In Anbetracht der erwarteten Lebens- und Belastungsdauer sollte ein sogenanntes anatomisches Ergebnis erzielt werden, also die Heilung ohne Fehlstellung und Folgen. Dies ist selbstverständlich möglich.

Wie wird die Oberarmkopffraktur dann operiert?

Beim Erwachsenen wird in der Regel die winkelstabile Plattenosteosynthese verwendet (siehe Abbildung). Um die Form und Stellung des Knochens wiederherzustellen, wird zu allererst aber ein Zugang benötigt, also ein Schnitt durch die Haut. Hier gibt es unterschiedliche Herangehensweisen, von minimal-invasiv bis zum klassischen Zugang an der Vorderseite des Oberarmkopfes. Hierbei sollte man muskelschonend arbeiten und in der Nähe liegende Nerven und Gefäße dürfen nicht verletzt werden. Zu große Manipulationen am Knochen sollten ebenfalls vermieden werden, da diese ein erhöhtes Risiko für ein fehlendes Verheilen darstellen. Die Platzierung der Platte und Schrauben ist ebenfalls äußerst wichtig und teils schwer einzuschätzen, da es sich um eine komplexe dreidimensionale Struktur handelt. Häufig habe ich fehlplatzierte Schrauben oder Plattenlagen gesehen, welche teils das Gelenk schädigen oder

eine Bewegungseinschränkung selbst nach Bruchheilung hinterlassen können. Auch wenn man alles korrekt durchführt, muss man aber erwähnen, dass ein gewisses Risiko für Komplikationen verbleibt. Gerade die sogenannte Humeruskopfnekrose, also das Absterben des Oberarmkopfknochens, ist mit bis zu 33% relativ häufig. Dies tritt vor allem bei schwer dislozierten oder mehrteiligen Brüchen auf.

Wie geht es nach der Operation weiter?

In der Regel schließt sich eine kurze Ruhigstellungsphase der Schulter im Schlingenverband an (7-14 Tage) mit erlaubten Bewegungen des Ellen- und Handgelenks. Anschließend folgen krankengymnastisch begleitete passive Bewegungen und folgend auch wieder aktive Bewegungen nach einem genauen Behandlungsalgorithmus. In der Regel ist solch ein Knochenbruch nach sechs bis acht Wochen stabil verheilt, so dass mit der einliegenden Platte nahezu alles wieder durchgeführt werden kann. Heutzutage müssen die Implantate auch nicht mehr zwangsläufig entfernt werden. Bei Patienten um das 60. Lebensjahr empfiehlt sich auch eine ausführliche Osteoporosediagnostik.

Kann ich mich mit solch einer schweren Verletzung überhaupt in ihrer Praxis vorstellen?

Selbstverständlich. Sollten kein Durchblutungsproblem oder



Dr. med. Tim Klopfer
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie sowie spezieller Unfallchirurg,
OC Bayreuth
Parsifalstr. 5, 95445 Bayreuth
www.oc-bayreuth.de

Nervenläsion sowie erhöhte Fehlstellung vorliegen, ist ein Oberarmkopfbrech keine Notfalloperation. Zur Schmerzreduktion bieten sich primär ein entsprechender Verband und Schmerzmittel in der ersten Phase an. Zumeist ist es sogar sinnvoll, ein paar Tage bis zur OP vergehen zu lassen, um das initiale Weichteiltrauma abklingen zu lassen und größere Blutungen zu vermeiden. Viel wichtiger als eine schnelle Operation sind ein erfahrener Operateur und sein Team. Bei Unsicherheit oder Grenzfällen ist auch gelegentlich eine zweite Meinung zu empfehlen.

Innere Balance finden

Wenn nachts Gedanken endlos kreisen

BAYREUTH. Die Corona-Pandemie hat viele Menschen an ihre Belastungsgrenze gebracht. Negative Schlagzeilen beherrschen die Medien, immer und immer wieder kreisen Gespräche und Nachrichten um das gleiche Thema. Unsicherheit macht sich breit, wie man sich und seine Lieben gesund erhalten kann und wie man das Leben trotz aller Einschränkungen meistern kann.

Dazu kommen die Veränderungen im persönlichen und beruflichen Leben. Homeoffice und Homeschooling haben über Monate gewohnte Strukturen von Eltern und Berufstätigen auf den Kopf gestellt. Viele machen sich auch Sorgen um die Zukunft ihrer Kinder und der Welt in Zeiten zunehmender Klimakatastrophen. Mehrfachbelastungen und innere Unruhe schlagen auf die Psyche. Dauern diese belastenden Phasen über längere Zeit an, leidet häufig auch die Schlafqualität. Stimmungsschwankungen und auf Dauer chronische Müdigkeit sind die Folge. Dies beeinträchtigt nicht nur das positive Miteinander in privaten und beruflichen Beziehungen, sondern auch das gesamte Lebensgefühl. Wer gut für sich und seine Familie sorgen möchte, kann mithilfe von pflanz-



Viele Menschen leiden derzeit unter Unruhe und Ängsten und in der Folge unter schlechtem Schlaf. Foto: akz

lichen Arzneimitteln wieder innere Ruhe finden. Das in Lasea enthaltene hochkonzentrierte spezielle Arzneilavendelöl lindert Unruhe und Angstgefühle sowie daraus resultierende Schlafstörungen. Wirksamkeit und Verträglichkeit wurden in mehr als 15 klinischen Studien bewiesen.

Innere Balance und Ruhe

Guten Schlaf brauchen wir für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit. Nachts führt der Körper wichtige Reparaturen durch. In der ersten Nachthälfte werden Hormone ausgeschüttet, die der Körper zum Wachstum und bei

der Regeneration von Muskeln und Knochen braucht. Während wir schlafen, tankt auch unser Immunsystem auf und der Stoffwechsel läuft auf Hochtouren. Alle Energiespeicher werden aufgefüllt, neue lebenswichtige Proteine gebildet und Abbauprodukte des Stoffwechsels abtransportiert. Wir brauchen erholsame Nachtstunden auch deshalb, um alle Eindrücke eines Tages zu verarbeiten. Das neuronale Netzwerk im Gehirn legt quasi alle Informationen ab, sodass der Speicher frei wird für Neues – und wir wieder fit sind für alle Herausforderungen des Alltags. akz

Brustkrebs betrifft auch Männer

BAYREUTH. Wer denkt, Brustkrebs ginge nur Frauen etwas an, der irrt. „Wir behandeln natürlich mehr Frauen als Männer nach einer Brustkrebserkrankung. Aber auch bei Männern ist Brustkrebs ein Thema“, erklärt Dr. med. Christoph Stoll, Chefarzt der Klinik Herzoghöhe in Bayreuth. „2020 erkrankten etwa 700 Männer an Brustkrebs.“ Neben der Klinik Herzoghöhe in Bayreuth ist auch die Sinntalklinik in Bad Brückenau eine Reha- und AHB-Fachklinik, die schwerpunktmäßig onkologische Rehaleistungen durchführt. Beide Kliniken gehören zum Klinikverbund der Deutschen Rentenversicherung Nordbayern, der insgesamt acht Reha- und AHB-Kliniken umfasst. Der Aufenthalt in einer Rehaklinik zielt darauf ab, die körperliche und psychische Leistungskraft zurückzugewinnen. „Bei uns kann sich der Patient auf seine Gesundheit konzentrieren. Wir bieten neben Online-Seminaren auch regelmäßig Sprechstunden mit unseren Breast Care Nurses an“, erklärt Prof. Dr. med. Dirk Engehausen, Chefarzt der Sinntalklinik in Bad Brückenau. red

Alles mit einer Karte

BAYREUTH. Mit E-Rezept, elektronischer Patientenakte, Notfalldaten und Medikationsplan, haben Versicherte künftig ihre Gesundheitsdaten noch besser im Blick. Voraussetzung für die Nutzung aller Funktionen sind die neueste elektronische Gesundheitskarte und die PIN, die bei den

Krankenkassen erhältlich sind. Die PIN schützt vor unberechtigten Zugriffen und ist wichtig, die elektronische Patientenakte anzulegen und gemeinsam am dem Arzt zu befüllen. Zudem benötigt man die PIN, um alle Funktionen der E-Rezept-App sowie den E-Medikationsplan zu nutzen. djd

Senioren & Pflegeheim
Landhaus
Bindlacher Berg
und
an der Steinach

Wir sind ein junges, innovatives und aufstrebendes Familienunternehmen im Bereich Pflege, welches darauf bedacht ist, sich durch qualifizierte Mitarbeiter das Team neu zu gestalten, sie zu fördern und stärken und freuen uns das neue Team an der Seite der Firma Vivere Landhaus GmbH begrüßen zu dürfen. Gegründet 2008 arbeiten wir kontinuierlich und mit Erfolg daran, den Mitarbeitern der Vivere Landhaus GmbH die bestmöglichen Arbeitsbedingungen in allen Bereichen zu bieten und mitzugestalten.

Unsere Firma Vivere Landhaus GmbH eröffnete das Senioren- und Pflegeheim „An der Steinach“ im Mai 2018 in Warmensteinach.

Im Vordergrund steht die aktivierende Pflege mit Unterstützung der Ergotherapeutin in Zusammenarbeit mit der gerontopsychiatrischen Fachkraft, der Betreuungsassistentin, den Pflegekräften unter Einbeziehung von Fachpersonal im Bereich Physiotherapie und Krankengymnastik.

Wir sind da für Ihre Wünsche. Wir bieten unseren Bewohnern spezielle, auf den Einzelnen mit seinen Bedürfnissen zugeschnittene Therapiekonzepte.

Wir orientieren uns selbstverständlich bei den Leistungen an den Vereinbarungen mit dem Bezirk Oberfranken und den Pflegekassenverbänden. Wichtig ist uns auch die Abstimmung und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Angehörigen.

Wir helfen Ihnen bei Behördengängen und das Einrichten des Zimmers ist für uns kein Problem.

Bewerbungen für interessierte Mitarbeiter an:

Inhaber: Vivere Landhaus GmbH
info@landhaus-bindlach.de
Depser Rain 15 · 95463 Bindlach · Tel. 0 92 08 / 65 94 10 · Fax 0 92 08 / 65 94 94
Matthäus-Herrmann-Platz 200 · 95485 Warmensteinach
Tel. 0 92 77 / 9 75 20 11 · Fax 0 92 77 / 9 75 20 17