



Sprechstunde am Sonntag

Anzeige

Probleme mit dem Meniskus

Meniskusverletzungen gehören zu den häufigsten Knieproblemen. Betroffen davon sind nicht nur Breiten- und Leistungssportler, sondern auch ältere Patienten mit degenerativen Schäden der Menisken.

Fragen zu diesem Problem beantwortet Prof. Dr. Klaus Fritsch, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sportmedizin.

Welche Funktion haben die Menisken?

Die Menisken sind C-förmige Gewebebeschiben aus Faserknorpel und dienen im Knie als Puffer zwischen Oberschenkel und Unterschenkel. Sie verringern die direkte Last auf den Gelenkknorpel, dienen als Stoßdämpfer und stabilisieren zusammen mit den Bändern das Knie. Werden die Menisken durch eine Operation entfernt oder deutlich verkleinert, wird auch die Pufferwirkung reduziert. Es kommt zu einer vermehrten Belastung der Gelenkoberfläche, und es kann damit zu einem verfrühten Verschleiß des Gelenks kommen – zur Arthrose. Der Außenmeniskus hat mehr Pufferwirkung als der Innenmeniskus – bei Außenmeniskusentfernungen ist deswegen im Vergleich zum Innenmeniskus die Gefahr einer verfrühten Arthrose erhöht.

Wie kommt es zu einem Meniskusschaden?

Eine Verdrehung im Knie bei Belastung mit dem ganzen Körpergewicht kann zu einem Einriss führen, v.a. bei kniebelastenden Sportarten oder bei häufigem Arbeiten in der Hocke. Aber auch der Verschleiß im Knie kann – ohne Verletzung – zu einem degenerativen Meniskusschaden führen. Die Rissform ist in der Regel unterschiedlich – bei Verletzungen jüngerer Patienten kommt es häufig zu Längsrissen und Lappenrissen. Degenerativ bedingte Risse sind häufig horizontal, die weniger Beschwerden verursachen.

Welche Beschwerden verursacht ein Meniskusschaden?

Die Patienten klagen über einschießende Schmerzen an der Innen- oder Außenseite des Knies, vor allem bei Drehbewegungen oder in der Hocke. Die Beschwerden kommen und gehen, abhängig davon, ob der angerissene Meniskusanteil zwischen den Gelenkflächen einleuchtet oder nicht. Es kann bedingt durch diese Einklemmungen zu Blockierungen des Knies kommen, sowie zur Schwellung des Gelenks.

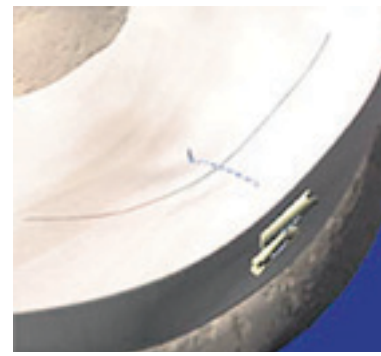
Wie kann ein Meniskusriss sicher diagnostiziert werden?

Die Kernspintomographie kann mit sehr großer Sicherheit (ca. 90%)

einen Meniskusriss feststellen, falls nach einer klinischen Untersuchung noch Zweifel bestehen. Aber man muss vorsichtig in der Interpretation des Kernspintomogramms sein, denn viele kernspintomographisch diagnostizierten Meniskusrisse verursachen keine Probleme und erfordern deswegen auch kein operatives Vorgehen. Bei wissenschaftlichen Kontrolluntersuchungen hat sich gezeigt, dass bei über 60-jährigen in 40-50 Prozent ein degenerativer Meniskusschaden im Kernspintomogramm zu sehen ist, ohne dass der Patient Beschwerden hat.

Wann muss ein Meniskusriss operiert werden?

Kleinere Meniskusrisse oder Meniskusrisse, die keine Beschwerden verursachen, können oft nichtoperativ behandelt werden. Meniskusrisse, die Schmerzen und Einklemmungen verursachen, sollten arthroskopisch operiert werden. Dies wird unter Voll- oder Teilnarkose durchgeführt. Dazu werden in der Regel zwei kleine Zugänge gelegt, das Knie mit einer Videokamera untersucht und mit Mikroinstrumenten operiert. Degenerative Meniskusveränderungen, wie sie z.B. bei Arthrose oft in der Kernspintomographie gesehen werden, erfordern häufig kein operatives Vorgehen. Die Beschwerden werden häufig durch die Arthrose verursacht – und nicht



Eine Meniskusnaht

durch den degenerativen Meniskusschaden – eine arthroskopische Meniskusoperation würde dann zu keiner Besserung der Beschwerden führen.

Meniskusrisse entfernen oder nähen?

Da die Menisken eine wichtige Pufferfunktion haben, sollte bei einer Operation möglichst viel Meniskusgewebe erhalten bleiben. Ob ein Riss genäht wird oder ob ein Teil des Meniskus entfernt werden muss, hängt von der Lage und der Form des Risses ab. Der größte Teil der Menisken ist nicht durchblutet. Nur der Bereich, der nah an der Gelenkkapsel liegt, hat eine Blutzufuhr. Nur in diesem schmalen Areal ist eine Meniskusnaht sinnvoll, da ein rekonstruierter Meniskus nur zusammenwächst, wenn eine Blutzufuhr gegeben ist. In

den vergangenen Jahren wurden zahlreiche neue Fixationstechniken zur Verbesserung der Meniskusrekonstruktion entwickelt. Bevorzugt werden Meniskusrefixationen beim jungen aktiven Patienten durchgeführt. Bei Kindern sollte unter allen Umständen versucht werden, den Meniskus zu erhalten. Eine echte Altersbegrenzung nach oben besteht jedoch nicht. Entscheidend sind die Rissform und eventuelle Begleitschäden. Trotz moderner Naht- und Rekonstruktionstechniken liegt das Risiko, dass der Meniskusriss nicht zusammenwächst, bei 20%.

Wie schnell ist man wieder fit?

Das hängt vom Typ der arthroskopischen Operation ab: wenn eine Teilentfernung durchgeführt wird, soll der Patient einige Tage Gehstützen benutzen und ist nach wenigen Wochen wieder sportfähig. Bei degenerativ vorgeschädigten Knien kann es jedoch deutlich länger dauern bis eine Beschwerdefreiheit erreicht ist. Bei Meniskusrekonstruktionen dauert die Sportpause wesentlich länger – da der Meniskus erst wieder zusammenwachsen muss – in der Regel kann man erst nach ca. sechs Monaten wieder Ballspielsportarten durchführen.

Weitere Informationen finden Sie unter www.oc-bayreuth.de.



Professor Dr. med. Klaus Fritsch, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sportmedizin. OCB – Orthopädische Chirurgie Bayreuth Parsifalstraße 5, 95445 Bayreuth



In unserer nächsten „Sprechstunde am Sonntag“ in der Ausgabe am 12. Januar lesen Sie einen Beitrag von Professor Dr. med. Alexander Kiani vom Klinikum Bayreuth.

Thermen/Sauna

Therme OBERSEEES managed by GMP

Entspannung mit Klangschalen FAMILIENWELT ENTSPANNUNGSPARADIES

Mittwoch, 8. Januar, 17 bis 20 Uhr

Das Saunaerlebnis der Extraklasse! Tauchen Sie ein in die Welt der Klänge von tibetischen Klangschalen und Gongs.

Regulärer Eintritt!

An der Therme 1 • 95490 Mistelgau-Oberseees • Tel.: 0 92 06/993 00-0
www.therme-oberseees.de • info@therme-oberseees.de

WELLNESS DES MONATS JANUAR IN DER LOHENGRIN THERME

Wintermassage

Die Wohlfühl-Massage mit warmer Schokolade, Zimt und Orange stimuliert die Endorphin-Produktion und steigert das Wohlbefinden. Spannungen können gelöst und Stress abgebaut werden. Die Deluxe-Schokolade verschmilzt mit der Haut und kann Konturen reduzieren.

Thermenwelt: tägl. von 9 – 22 Uhr
Sauna/Wellness: tägl. von 11 – 22 Uhr

Kurpromenade 5
95448 Bayreuth
Tel. (09 21) 79 24 0-0
www.lohengrin-therme.de

LOHENGRIN THERME BAYREUTH
Städtisch anerkannte Heilquelle
Heilquellenkurbetrieb