

Sprechstunde am Sonntag

Anzeige

Probleme mit der Bizepssehne – von Professor Dr. med. Klaus Fritsch

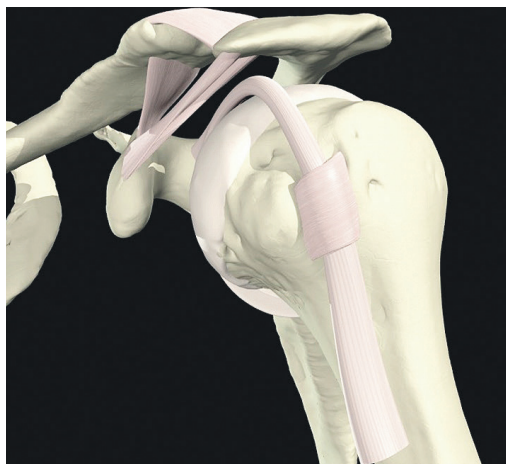
Der Bizeps ist ein Muskel vorne am Oberarm, der zur kraftvollen Beugung im Ellbogengelenk und Schultergelenk sowie zum kraftvollen Drehen des Unterarms benötigt wird. Er wird besonders gern beim Bodybuilding aufgebaut, um den Oberarm muskulös aussehen zu lassen.

Probleme des Bizepsmuskels führen jedoch zu Schmerzen an Schulter und an der Vorderseite des Oberarms. Fragen zu diesem Problem beantwortet der Bayreuther Arzt für Orthopädie und Unfallchirurgie Prof. Dr. Klaus Fritsch, der sich unter anderem auf die operative Behandlung von Schulterproblemen spezialisiert hat.

Wo liegt der Bizepsmuskel?

Der Bizepsmuskel hat zwei Sehnenursprünge an der Schulter, eine lange Sehne und eine kurze Sehne sowie einen sehnigen Ansatz an der Speiche, nahe dem Ellbogengelenk. Er bildet die vordere Kontur des Oberarms. Sein Muskelbauch spannt sich beim kraftvollen Beugen im Ellbogen. Ein Schwachpunkt des Bizeps ist der Knochenkanal (Sulcus) an der Vorderseite des Oberarmkopfes, durch den die lange Bizepssehne zieht. Sie wird in diesem Kanal durch ein quer verlaufendes Band gehalten.

Die lange Bizepssehne im Schaubild



Was ist das häufigste Problem des Bizeps?

Die kurze Bizepssehne macht so gut wie nie Probleme. Die meisten Beschwerden treten an der langen Bizepssehne auf. Meistens handelt es sich um eine Überlastung der Sehne im Sulcus an der Oberarmvorderseite. Die Patienten klagen über einen Schulterschmerz, der beim Heben des Armes nach vorne und beim Beugen im Ellbogen auftritt und sich an der Vorderseite der Schulter eventuell bis zum Unterarm erstreckt. Meist hilft Schonung und kurzfristiges Einnehmen eines Antirheumatikums.

Falls die Schmerzen länger anhalten, muss an einen Teiltriss der langen Bizepssehne gedacht werden. Eine Ultraschalluntersuchung oder eine

Kernspintomographie kann dies nachweisen.

Was ist eine Instabilität der langen Bizepssehne?

Wenn das Band über dem Sulcus reißt, kann die lange Bizepssehne bei Drehbewegungen der Schulter aus dem Knochenkanal springen, ohne dass die Sehne reißt. Die Patienten klagen über ein schmerzhaftes Schnappen an der Vorderseite der Schulter, vor allem bei Drehbewegungen der Schulter bei gehobenem Arm, aber auch bei kraftvoller Drehung des Unterarms – z.B. beim Eindrehen von Schrauben. Die lange Bizepssehne springt dann bei den Drehbewegungen über den Rand des Knochenkanals. Bei entsprechenden Beschwerden sollte die lange Bizepssehne dann operativ im

Knochenkanal fixiert werden, um das Schnappen zu beseitigen.

Welche Konsequenzen hat der Riss der langen Bizepssehne?

Die lange Bizepssehne reißt häufig bei Männern über 60 Jahren, meist im Sulcus. Der Patient verspürt z.B. beim Heben eines schweren Gegenstandes ein mehr oder weniger schmerzhaftes Knacken an der Schultervorderseite und bemerkt dann ein Absinken des Muskelbauches des Bizeps. Dies wird in der Medizin als Popeye-Zeichen beschrieben. Erstaunlicherweise führt dies langfristig nur zu einer sehr geringen Kraftminderung, so dass meistens auch keine operative Refixierung durchgeführt wird. Nach dem Riss sollte der Patient für sechs Wochen auf Bizepstraining verzichten, damit der Muskelbauch nicht noch tiefer abrutscht. Man sollte jedoch bei einem Riss der langen Bizepssehne mit Ultraschall oder Kernspintomographie das gesamte Schultergelenk abklären, da häufig zusätzlich noch andere Sehnenrisse in der Schulter vorliegen, die eventuell eine spezielle Behandlung, eventuell auch Operation, erfordern. Der Riss am anderen Ende des Bizepsmuskels, nämlich am Ellbogen, ist relativ selten, führt jedoch zu deutlicher Kraftminderung beim Beugen im Ellbo-

gen und sollte deswegen auch meistens rasch operativ versorgt werden. Der Patient verspürt bei kräftiger Beugung im Ellbogen einen plötzlichen Schmerz, oft verbunden mit einem Knackgeräusch, und bemerkt danach eine Schwellung in der Ellenbeuge und ein Hochrutschen des Bizepsmuskels. Ohne Operation kann eine Schwäche bei Ellbogenbeugung oder bei Drehen des Unterarms verbleiben.

Was bedeutet SLAP?

Die Pfanne des Schultergelenks ist von einem Knorpelring umgeben, wie der Tellerrand eines Tellers. Dieser Knorpelring heißt Labrum und entspricht dem Meniskus im Kniegelenk. Die lange Bizepssehne entspringt vom obersten Teil des Labrums, also am oberen Pfannenrand. Kommt es zu Einrissen des Labrums am Ursprung der langen Bizepssehne, so nennt man dies einen SLAP-Schaden. Die Patienten haben sehr unspezifische Beschwerden – Einklemmungen in der Schulter oder nach vorne ausstrahlende Schulterschmerzen bei Belastung oder ein schmerzhaftes Knacken in der Schulter. Oft verstärken sich die Beschwerden beim Anspannen des Bizeps. SLAP-Läsionen können mit Hilfe der Kernspintomografie festgestellt werden, und sind relativ häufig – auch



Prof. Dr. med. Klaus Fritsch
Facharzt für Orthopädie und
Unfallchirurgie, Sportmedizin
Parsifalstr. 5, 95445 Bayreuth

Mitglied im Ärztenetzwerk



Mein Gesundheitsnetzwerk
www.mein-gesundheitsnetzwerk.de

bei beschwerdefreien Patienten. Deswegen müssen sie auch nur in seltenen Fällen operativ versorgt werden. Falls die SLAP-Läsion jedoch Probleme bereitet, hilft nur die arthroskopische Operation, entweder mit Rekonstruktion des Labrum, oder eine Bizepsstenodese, das bedeutet eine Befestigung der langen Bizepssehne im Sulcus.

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