

Kein Wundermittel gegen Arthrose

Telefonaktion zum Gesundheitsforum | Zysten, Knorpel, Knacken: Klinikärzte beantworteten Fragen zum Knie

Bad Salzungen – Der Beratungsbedarf zum Thema Knieprobleme ist offensichtlich groß. Leser hatten gestern, im Vorfeld des Gesundheitsforums im Bad Salzunger Klinikum, die Gelegenheit, Experten anzurufen und zu befragen. Die Telefone standen nicht still. Es antworteten Dr. Alfred Schmidgen, Chefarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie, und Stefan Richard Schiffhauer, Oberarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie.

Die meisten Anrufer fühlten sich nach Vorbehandlungen oder Operationen – bei anderen Ärzten, nicht im Bad Salzunger Klinikum – alleingelassen, ohne Perspektive, wie es weitergehen soll. Die Schmerzen sind geblieben, zurückgekehrt oder noch schlimmer geworden. Dr. Schmidgen nennt das „die typische Arthrosen-Karriere“ und erklärt: „Man fängt im Kleinen an, mit einer Arthroskopie, Meniskusoperation. Danach wird es nicht besser. Und wenn die Patienten noch relativ jung sind und man noch keine Prothese einsetzen will, wird die Beinachse operativ korrigiert, indem man das Bein durchsägt und aus einem leichten O-Bein ein leichtes X-Bein macht. Wenn das nicht den gewünschten Erfolg



Dr. Alfred Schmidgen.
Fotos (2): Heiko Matz



Oberarzt Stefan Richard Schiffhauer.

bringt, kann man, wenn man immer noch keine Vollprothese einsetzen will, eine Schlittenprothese, also eine halbe Prothese einsetzen. Und wenn das immer noch nichts bringt, wird man eine Vollprothese einsetzen.“ Diese Eingriffe seien „keine Kleinigkeiten für das Knie“, sagt der Chefarzt. Werde in einem kurzen Zeitraum so oft hintereinander operiert, „ist es mehr als wahrscheinlich, dass Schmerzsyndrome bleiben“. Er bot allen Patienten an, zu ihm zu kommen, damit er sich den speziellen Fall anschauen und

beraten könne, gab aber auch zu bedenken: Möglicherweise gibt es keine Verbesserungsmöglichkeiten. „Wenn man ein Knie ein paar Mal umkreppt, kann es schon sein, dass Schmerzsyndrome bleiben, die man nicht schnell wegkriegt, durch Operation schon gar nicht. Sodass man dort durch konservative Therapie, Dehnübungen, Medikamente unter Umständen besser zum Erfolg kommt. Die vielen Möglichkeiten, die infrage kämen, kann man aber am Telefon nicht feststellen.“

„Gegen Arthrose gibt es kein Wundermittel“, erklärte Stefan Richard Schiffhauer einem 52-Jährigen, der fragte, wie er diesem Leiden vorbeugen kann. „Das Einzige, was man tun kann, ist, extreme Belastung zu vermeiden. Und Sie müssen in Bewegung bleiben, damit die Gelenke immer gut geschmiert und beweglich bleiben.“

Kann man bei Knorpelschäden auf eine völlige Wiederherstellung hoffen?, wollte eine Freizeitsportlerin wissen. Das ist nach Angaben von Dr. Schmidgen nicht der Fall: „Im typischen aktiven Alter zwischen 40 und 60 Jahren gibt es für die meisten Kniegelenks-/Knorpelprobleme keine befriedigende Lösung. Knorpel ist in seiner Gewebestruktur nicht regenerierbar. Der wächst also nicht mehr in seiner Struktur nach.“ Ein gesunder, elastischer Knorpel puffere die Bewegungen und Belastungen ab. Bekomme der Knorpelbelag einen Schaden, werde die mechanische Belastbarkeit eingeschränkt. „Und das ist das Problem an der ganzen Geschicht.“

Eine Frau klagte über eine Baker-Zyste, die sie seit Jahren in der Kniekehle hat und die starke Schmerzen verursache. Stefan Richard Schiffhauer er-

kannte die Patientin am Telefon: „Sie waren doch schon hier“, sagte er. In diesem Fall, den er kennt, konnte er konkret antworten. Genau das, was er ihr schon nach der Untersuchung gesagt hatte: Sie habe viele freie Gelenkkörper im Knie, die sich, zusammen mit Knorpelanteilen, in der Zyste festsetzen können. „Die Zyste muss samt Inhalt entfernt werden.“ Eine Alternative gebe es nicht.

Ein 46-Jähriger, der bei seiner Arbeit im Bergbau schweren Belastungen ausgesetzt ist, hat nun ein Knacken im Knie und möchte wissen, warum. Es könnte sich um Meniskusschäden oder Arthrose handeln, „besonders wegen der schweren Arbeit“, sagt der Oberarzt. Der Mann vereinbarte einen Termin zur Untersuchung.

Bislang keine Probleme hat ein 74-Jähriger – und damit das so bleibt, nutzte er die Gelegenheit, die Experten zu fragen, welche Übungen er im Fitnessstudio machen darf, ohne seinen Knien zu schaden. „Kein extremes Krafttraining, um die Knie nicht zu überlasten“, riet ihm der Oberarzt. Bei allen anderen Betätigungen im Fitnessstudio, wie Fahrradfahren oder Muskelkräftigungstraining sah er kein Problem. bf