

Richtige Therapie schafft wieder Lebensqualität

Das Knie ermöglicht zu stehen, zu laufen und zu gehen. Es ist ein universelles Gelenk, welches mehr oder weniger an jeder Bewegung beteiligt ist. Erleidet das Kniegelenk Schaden, ist die Lebensqualität deutlich eingeschränkt.

Von Ute Weilbach

Bad Salzungen – Das Kniegelenk ist das größte Gelenk des menschlichen Körpers und verbindet Oberschenkelknochen mit Schien- und Wadenbein. Es ermöglicht uns zu stehen, zu laufen und zu gehen. Aber auch Sitzen, Hocken oder Knien wären ohne das Kniegelenk unmöglich. Egal, welche Bewegung der Mensch ausführt, das Knie ist mehr oder weniger daran beteiligt.

Wird das Knie zu stark oder ungünstig belastet, kann das zu Schmerzen und zu Verletzungen führen. Davon betroffen sind nicht nur Sportler, sondern auch Menschen, die die Muskulatur wenig trainieren, übergewichtig sind oder die bestimmte Fehlstellungen wie X- oder O-Beine haben. Das Besondere am Knie: das Gelenk wird nur durch den Bandapparat und die Muskulatur gehalten. Damit ist das Gelenk anfällig. Knieschmerzen sind deshalb nicht selten.

Das nächste gemeinsame Gesundheitsforum des Klinikums Bad Salzungen und der Zeitungen „Südthüringer Zeitung“ und „Freies Wort“ am

9. September widmet sich dem Thema: „Knieschmerz – Die richtige Therapie schafft wieder Lebensqualität“.

Wenn das Knie schmerzt, die Funktion eingeschränkt ist und der Schmerz bei Belastungen zunimmt, sollte der Patient den Arzt aufsuchen, rät Dr. Gabriele Lichti, Chefärztin des Zentrums für Physikalische und Rehabilitative Medizin am Klinikum Bad Salzungen. Im Ergebnis einer guten klinischen Untersuchung könne der erfahrene Mediziner meist die Diagnose stellen. Er wisse, ob beispielsweise der Meniskus oder Bänder verletzt oder Schleimbeutel entzündet sind. Für die Diagnose von Knieschmerzen werde nicht unbedingt ein MRT benötigt. Auch das Röntgen sei in vielen Fällen überflüssig, so Dr. Lichti. Ursache für die Kniebeschwerden können Unfälle, Überbelastungen, aber auch degenerative Erkrankungen wie die Arthrose sein.

Entsprechend der Diagnose setzt die Therapie ein. Zuerst wird mit physiotherapeutischen Mitteln versucht, die Funktionalität des Knies wiederherzustellen. Medikamente, Elektrotherapie und Ultraschall können zur Schmerzlinderung beitragen. Mit Hilfe von Bandagen und Orthesen kann das kranke Knie vorübergehend gestützt werden. Das Kinesio-Taping (heilendes Klebeband) findet am Klinikum Bad Salzungen ebenso Anwendung.

Ein großer Teil der Kniebeschwerden könne konservativ erfolgreich behandelt werden, versichert Dr. Lichti. Wie bei fast allen Krankheiten ist auch bei Kniebeschwerden die Mitwirkung des Patienten jedoch

entscheidend. Eine gesunde Lebensweise, die Vermeidung von Übergewicht gehören ebenso zur Prävention wie regelmäßiges sportliches Training. Dazu gibt es am Klinikum Bad Salzungen eine Vielzahl von Angeboten wie Rehasportgruppen und Präventionsgruppen.

Ist das Knie konservativ nicht mehr therapierbar, muss operiert werden. Tino Beylich, Oberarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie, stellt zum Forum einige Operationsmethoden vor. Dabei wird der Schwerpunkt diesmal auf Sportverletzungen liegen. Der Oberarzt wird zeigen, wie Bänder rekonstruiert, der Meniskus genäht oder Knorpel geglättet werden können. Viele dieser Operationen können heute bereits arthroskopisch (Schlüsselloch) ausgeführt werden. Gleich nach der Operation wird mobilisiert, die Beweglichkeit des Knies muss wiederhergestellt werden. Das ist auch vor der Operation von großer Bedeutung, erklärt Oberarzt Beylich. „Nur ein gut bewegliches Knie kann erfolgreich operiert werden.“ Deswegen sind Gangschule, Beweglichkeitsübungen und der Muskelaufbau vor der OP genauso wichtig wie danach.

Wenn die Arthrose zu weit fortgeschritten ist, bleibt nur der Gelenkersatz. Die Möglichkeiten, die das Klinikum Bad Salzungen anbietet, stellt Stefan Richard Schiffhauer vor. Er ist Leitender Oberarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie. Er wird über die verschiedenen Prothesen und Operationsmethoden informieren. „Das Klinikum Bad Salzungen bietet das Komplettprogramm

und implantiert nur hochwertige und bewährte Prothesen“, versichert Schiffhauer. Ziel die Knieprothetik ist es, die Funktionalität des Knies wiederherzustellen. Nach der OP sollte der Patient wieder schmerzfrei sein. Da die Menschen immer älter werden, gewinnen Wechseloperationen an Bedeutung. Eine Prothese sollte 15 Jahre und länger halten, danach muss oft gewechselt werden. Deshalb werde bei der ersten Implantation eines künstlichen Kniegelenks so viel wie möglich gesundes Knochenmaterial erhalten, versichert der Leitende Oberarzt.

Wenn ein künstliches Kniegelenk eingesetzt wurde, beginnt die operative Nachbehandlung noch auf Station. Es wird frühzeitig mobilisiert, um die Beweglichkeit des Knies wiederherzustellen. Nach dem Klinikaufenthalt folgt in der Regel die Rehabilitation. Der Patient kann meist das Kniegelenk sofort belasten. Nach sechs bis acht Wochen sollte der Patient wieder voll mobilisiert sein, so Oberarzt Schiffhauer.

Gesundheitsforum

9. September, 16 Uhr: Gesundheitsmesse im Foyer des Klinikums
18 Uhr: Gesundheitsforum
Vorträge

- Konservative Behandlungsmethoden bei Kniegelenksbeschwerden – Dr. Gabriele Lichti.
- Verletzung des Kniegelenks – Möglichkeiten der operativen Behandlung – Oberarzt Tino Beylich.
- Gelenkersatz – wenn nichts anderes mehr hilft – Leitender Oberarzt Stefan Richard Schiffhauer.