

Die stetig steigende Lebenserwartung der Menschen führt zu verschleißbedingten Beschwerden

Arthrose – eine Volkskrankheit?

Im Laufe des Lebens sind fast alle Menschen mehr oder weniger stark von Arthrose betroffen - ein Krankheitsbild, das auf den Verschleiß der Gelenke zurückzuführen ist. So leiden allein in Deutschland nach Angaben des statistischen Bun-

desamtes täglich etwa fünf Millionen Bürger unter arthrosebedingten Beschwerden. Betrachtet man einen Zeitraum über einige Monate, so steigt die Zahl auf 15 Millionen Menschen, deren Gelenkschmerzen einer Behandlung bedürfen. Zu Recht wird die Krankheit daher als Volksleiden bezeichnet.

zuführen auf die stetig steigende Lebenserwartung. „Arthrose ist die weltweit häufigste Gelenkerkrankung und charakterisiert den weitaus größten Anteil der orthopädischen Patienten“, berichtet der Orthopäde und Rheumatologe Sönke Drischmann vom Orthopädie Zentrum Altona in Hamburg. Die Gelenkabnutzung kann dabei an allen Gelenken auftreten - am häufigsten wird sie jedoch an der Wirbelsäule, Hüft-, Knie-, Hand- und Fußgelenken diagnostiziert. Eine Heilung ist nicht möglich, lediglich eine Linderung der Beschwerden und eine Verlangsamung des Fortschreitens. Übergewichtige und Frauen besitzen dabei ein erhöhtes Risiko. „Grundsätzlich“, so Sönke Drischmann, der als ausgewiesener Knie- und Schulterchirurg seit vier Jahren selbständig in Hamburg arbeitet sowie Mitglied und Ausbilder bei der deutschsprachigen Arbeitsgemeinschaft für Arthroskopie (AGA) ist, „ist Arthrose genetisch bedingt und mit dem Erbgut vorgegeben, erst dann folgen andere Kriterien wie Fehlernährung, Übergewicht und Bewegungsmangel“. Weiterhin können auch Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes Veränderungen an den Gelenken verursachen; ebenso Achsfehlstellungen oder Brüche mit Gelenkbeteiligung. Dazu spielt auch das Alter eine Rolle.

Was passiert bei Arthrose?

Morphologischer Mittelpunkt eines jeden Gelenkes ist der Gelenkknorpel. Er ist fest und elastisch und überzieht die Gelenkflä-

nach längerem Sitzen oder beim Aufstehen nach der Nachtruhe. Es kommt dabei zum sogenannten Anlaufschmerz, der jedoch nach einer kurzen Zeit wieder verschwindet. Hinzu kommen Knack- und Reibegeräusche. Auch Einschränkungen in der Bewegung und Belastungsschmerz zählen zu den charakteristischen Beschwerden bei Arth-

Aber soweit muß es nicht kommen. Schon bei den ersten Symptomen sollte ein Orthopäde konsultiert werden.

Wie wird Arthrose behandelt?

Wichtig ist eine rechtzeitige Diagnose, damit die Krankheit diagnostisch und individuell behandelt werden kann. Dabei ruht die Therapie auf den drei Säulen der nicht-medikamentösen Maßnahmen sowie der medikamentösen und der operativen Therapie. Hierzu zählt auch das eingehende Gespräch, in welchem der Patient über seine Krankheit aufgeklärt und darüber informiert wird, daß es bis heute keine Arthrose-Behandlung gibt, die den veränderten Knorpel wieder völlig herstellt. Allerdings kann man die Schmerzen durch nicht operative und auch operative Maßnahmen deutlich reduzieren. Außerdem läßt sich die Zerstörung des Knorpels verlangsamen. Entscheidend ist es, die Gelenke zu entlasten, was für Übergewichtige eine Reduktion ihres Körpergewichts bedeutet. Auch orthopädische Hilfen wie Pufferabsätze, Handstöcke oder Innenrandhöhen der Schuhe ermöglichen Bewegungen, die die Gelenke ohne Belastungen ausführen können. Hilfreich sind zudem sportliche Betätigungen wie Schwimmen und Fahrrad fahren. Zu den nicht operativen Möglichkeiten zählen entzündungshemmende Medikamente, Hyaluronsäure-Spritzen der Firma Omed, um den Knorpel zu unterstützen sowie die Arthrose entgegen wirkenden körpereigenen Immuneiweiße Orthokin, Krankengymnastik und Physiotherapie mit Massagen, Wärme- und Kälte-Anwendungen. „Bei fortgeschrittener Arthrose mit Begleitschäden des Gelenks - zum Beispiel ein verschlissener Meniskus im Kniegelenk - muß nicht selten operiert werden. Hier kommen dann oftmals zunächst

minimalinvasive, schonende Verfahren zum Einsatz.“ erklärt der Knie- und Schulterchirurg Sönke Drischmann, der vor seiner Selbstständigkeit im Orthopädie Zentrum Altona eine arthroskopische Abteilung einer großen orthopädischen Klinik in Berlin geleitet hat. „Die Arthroskopie, die Gelenkspiegelung, bietet dem Orthopäden hierzu ein breites Spektrum an knorpelchirurgischen Eingriffen, um die Funktionalität der Gelenkoberfläche wieder herzustellen“, erklärt Sönke Drischmann, der diese Operationen mehrmals wöchentlich durchführt. „Nur bei sehr fortgeschrittener Arthrose bleibt als letzte Möglichkeit der Ersatz des verschlissenen Gelenkes durch ein künstliches, das meistens an Hüften und Knien eingesetzt wird.“ Nach einem rund zweiwöchigen Krankenhausaufenthalt folgt ein physiotherapeutisches Trainingsprogramm, bei dem alle Muskeln wieder aufgebaut und der Umgang mit dem neuen Gelenk geübt wird. Das neue Gelenk kann dabei bis zu zwanzig Jahre und länger halten. Mittlerweile werden in Deutschland meh-

rere hunderttausend Patienten pro Jahr operativ versorgt.

Alles über Arthrose von A bis Z

Über die genauen Ursachen, die Diagnostik und sämtliche Therapien der Arthrose berichtet Sönke Drischmann ausführlich in einem Vortrag am 16. Februar 2006 um 18 Uhr im Hotel Elysee in Hamburg. Der Orthopäde und Rheumatologe, Knie- und Schulterchirurg erklärt Patienten, Krankengymnasten und Interessierten die verschleißbedingte Gelenkerkrankung. Außerdem wird die Firma ACTO orthopädische Hilfsmittel zur Stabilisierung der Gelenke vorstellen und die Firma Arthrex hochmoderne Arthroskopie-Instrumente präsentieren. Der Eintritt zu dem patientenorientierten Vortrag ist frei, eine Anmeldung ist nicht nötig. Orthopädie Zentrum Altona, Tel. 040-38 12 18 oder 040-38 12 19.



Orthopäde und Rheumatologe Sönke Drischmann



chen mit einer Dicke von nur wenigen Millimetern. In jungen Jahren arbeitet der Knorpel problemlos als Stoßdämpfer und Polster zwischen gelenkartigen Partnern und ermöglicht damit ein einwandfreies Gleiten der Gelenke. Allerdings unterliegt dieser Gelenkknorpel wie alles menschliche Gewebe einem ständigen Auf- und Umbauprozess. Ist dieses Gleichgewicht gestört, kommt es unweigerlich zur Abnutzung des Knorpels. „Der jugendliche Körper besitzt dabei hinreichend Reparaturmöglichkeiten, während der Knorpel eines Erwachsenen nur sehr bedingt in der Lage ist, sich zu regenerieren“, so Sönke Drischmann. Unter der Abnut-

zung wird die Knorpeloberfläche anfänglich aufgeraut, im Spätstadium entstehen sogenannte Knorpelglatten - der Knochen liegt frei, es kommt zu typischen Gelenkgeräuschen. Im Röntgenbild stellt sich dieses als Verschmälerung des Gelenkspaltes dar.

Symptome der Arthrose

Im Frühstadium der Erkrankung klagen die Patienten über typische Beschwerden zu Beginn einer Bewegung, zum Beispiel

rose. Im Spätstadium kommt zum Belastungsschmerz auch der Ruheschmerz hinzu, bei dem es zu Schwellungen der Gelenke und nicht selten zu einem Erguß - im Volksmund ‚Wasser im Knie‘ genannt - mit sehr schmerzhafter Bewegungsbeeinträchtigung kommt.



Verschmälerung des Gelenkspaltes

O. Altona
70/2

Drischmann
130/2

Orthokin
187/2

Omed
125/3

Acto
70/8

Impressum

Ansprechpartner für Anzeigenaufträge:
Verlagsvertretung
Michael Büchner/Rainer Dinkels,
Tel.: 040/35 01 76 -16,
Fax: 040/35 01 76-25,
Email: info@v-b-d.de

Anzeigen:
Anzeigenverkaufsteam Nord/
Hamburg DIE WELT/WELT am
SONNTAG, Michael Wittke (verantw.),
Jörn Schmieding
Tel.: 040 / 34 72 73 81,
Fax: 040 / 34 72 73 80,
Email:
joern.schmieding@axelspringer.de,

Redaktion:
Sigrid Reck,

Produktion:
Günter Dahl