

## NEUE APOTHEKEN ILLUSTRIERTE

Ausgabe vom 1. November 2018

Folgende Beiträge dieser Ausgabe können Sie online lesen:

- [Wer Vitamine besonders braucht](#) ▶
- [Ausgaben für die Gesundheit: Hier hilft der Staat](#) ▶
- [Knie-Arthrose: Wie man sie heutzutage behandelt](#) ▶



Do. 25. Oktober 2018



## Knie-Arthrose: Wie man sie heutzutage behandelt

Bei vielen Menschen hält das Knie nicht ein Leben lang. Irgendwann machen sich Verschleißerscheinungen bemerkbar, meistens schmerzhaft. Wie der auch als Arthrose bezeichnete Gelenkknorpelverschleiß aktuell behandelt wird, regelt eine neue Leitlinie.

Wenn sich im Knie der Gelenkknorpel abnutzt und die Kniegelenke schmerzen, sprechen Experten von Gonarthrose. Laut des Robert Koch-Instituts betrifft das in der Gruppe der über 65-Jährigen gut die Hälfte der Frauen und ein Drittel der Männer. "Kniearthrose tritt familiär gehäuft auf. Und wenn jemand zu viele Pfunde auf die Waage bringt, treibt das den Verschleiß noch voran", sagt Dr. Julian Messler, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie an den Kliniken Maria Hilf in Mönchengladbach.

Die Pein kann aus heiterem Himmel kommen und verschwinden, tritt allerdings immer wieder auf. "Hausarzt oder Orthopäde untersuchen, ob eine [Arthrose](#) ▶ oder eine andere Ursache dahintersteckt. Die Schmerzen können auch von der Wirbelsäule ausstrahlen", informiert Messler. In einer Röntgenaufnahme lässt sich erkennen, ob der Knorpel im Gelenk sowie der Knochen angegriffen sind - dann kann die Therapie beginnen.

### Schmerzmittel zunächst äußerlich anwenden

"Die Therapie startet in der Regel lokal am Knie mit Schmerzmitteln wie Diclofenac oder Ibuprofen. Und zwar in Form von Salben aufgetragen - das stellt eine entscheidende Änderung in der neuen Leitlinie dar, die von einem Expertengremium erarbeitet wurde", erklärt der Experte. Studien zufolge lassen sich auf diese Weise Schmerzen lindern. Und weil die Arzneimittel über die Haut aufgenommen werden, beeinträchtigen sie Magen und Nieren nicht.

ANZEIGE

## So wirkt chinesische Medizin



Steigern Sie  
Gesundheit  
& Wohlbefinden  
durch die Heilkraft  
aus Fernost.

[mehr Infos](#)

Wenn die Salben keine Wirkung mehr zeigen, verordnet der Arzt Tabletten mit denselben Wirkstoffen, die allerdings bei längerer Einnahme Magen- und Nierenprobleme verursachen können. "Zum Schutz können Patienten beispielsweise sogenannte Protonenpumpeninhibitoren einnehmen", erläutert Messler. Sie lindern die Nebenwirkungen am Magen.

Es gibt es weitere Möglichkeiten, um gegen die Beschwerden vorzugehen. "Laut der neuen Leitlinie ist es einen Versuch wert, den Wirkstoff Glucosaminsulfat einzunehmen. Kurzfristige Linderung kann auch eine Kortisonspritze ins Gelenk bringen, allerdings besteht hier das Risiko einer Infektion. Eine weitere Behandlungsmöglichkeit besteht darin, den Wirkstoff Hyaluronsäure zu spritzen«, sagt der Orthopäde. Zur konservativen Behandlung zählen zudem Krankengymnastik, physikalische Therapien – etwa mithilfe von Stoßwellen –, Akupunktur und orthopädische Mittel wie Bandagen für das Knie oder orthopädische Schuhe.

### **Operation nicht zu früh durchführen**

Die letzte Therapiemöglichkeit besteht in einer Gelenkprothese. Die Leitlinien geben eindeutige Kriterien vor, wann der Eingriff sinnvoll ist: Die Schmerzen im Knie müssen einen Leidensdruck mit sich bringen, der die Lebensqualität beeinträchtigt - und vor der Operation müssen bis zu sechs Monate konservative Behandlung liegen. Zudem sollte man die Gelenkschäden im Röntgenbild gut erkennen können, und die Patienten sollten ausführlich mit dem Arzt über das Für und Wider des Eingriffes sprechen.

Beim Einsetzen einer Prothese kann der Operateur das Gelenk unter anderem teilweise oder ganz überkronen. Menschen mit einer Bakterieninfektion im Knie und starkem Übergewicht kommen für eine Operation nicht infrage. Der Eingriff kann jedoch laut Messler die Lebensqualität erheblich verbessern: "Wenn Patienten realistische Erwartungen an die Knieprothese stellen, sind die Ergebnisse gut. Wir können erreichen, dass die Menschen keine Schmerzen mehr haben und schwimmen oder Fahrrad fahren können."

Natascha Plankermann