

# Ursachen und Therapien der Arthrose

Beim RP-Ratgeber-Abend zum Thema Gesundheit ging es um Möglichkeiten der Schmerzlinderung, chirurgische Eingriffe und individuelle Prothesen. Sechs Millionen Menschen leiden an Verschleiß am Knie oder in der Hüfte.

VON ANGELA RIETDORF

Allein 2014 wurden in Deutschland 390.000 Knie- und Hüftprothesen eingesetzt. 4,7 Millionen Menschen leiden, mehr oder weniger stark, unter Arthrose im Kniegelenk, 1,3 Millionen unter dem Verschleiß des Hüftgelenks. Arthrose, die krankhafte Zustandsveränderung eines Gelenks, ist die häufigste Gelenkerkrankung des erwachsenen Menschen. Dass auch in Mönchengladbach viele Betroffene leben, zeigte der große Zuspruch bei der RP-Ratgeber-Veranstaltung zum Thema Arthrose im Forum des St. Franziskus-Krankenhauses. Mehr als hundert Besucher waren gekommen, um sich über Ursachen und Therapiemöglichkeiten der Volkskrankheit zu informieren und den Experten der Kliniken Maria Hilf Fragen zu stellen.

Arthrose, so führte Dr. Falk Urselmann, Orthopäde und Spezialist für arthroskopische Operationen, aus, kann die unterschiedlichsten Ursachen haben. Sie kann auf Fehlstellungen zurückzuführen sein, beispielsweise auf die sogenannten X- oder O-Beine, durch die das Kniegelenk ungleichmäßig belastet wird. Auch eine rheumatische Erkrankung kann dahinter stecken, eine Stoffwechselerkrankung oder ein Trauma, also ein Bruch oder Bänderriss, der zu einer krankhaften Veränderung des Gelenks führt. Aber auch Übergewicht oder gar



Beim RP-Ratgeber-Abend zum Thema Gesundheit lernten die Teilnehmer, was gegen die schmerzenden Verschleiß in den Gelenken helfen kann und woher er kommt. Das Interesse war sehr groß. RP-FOTO: HANS-PETER REICHARTZ

Adipositas gehören zu den Gründen für Arthrose. Dagegen lässt sich mit Sport und einer Ernährungsumstellung einiges tun. Als Sportarten eignen sich Wandern, Tanzen, Walken, Schwimmen oder auch Skilanglauf. „Bewegung führt zur besseren Ernährung des Knorpels, der dann

von Flüssigkeit umspült wird“, erklärt Ahmet Ercan, Spezialist für Endoprothetik und orthopädischer Chirurg. Die schmerzenden Gelenke zu schonen ist also kontraproduktiv, Bewegung ist angesagt. Der Experte ging auch auf Sysadoa ein, langsam wirkende Substanzen.

„Man kann das probieren. Bei manchen Patienten hilft es, aber man muss es aus der eigenen Tasche bezahlen“, erklärt er. Und das ist nicht billig, sondern kostet sechzig bis achtzig Euro im Monat.

Über die chirurgischen Lösungsmöglichkeiten schließlich sprach

Dr. Joachim Rödiger, Chefarzt der Orthopädie im Maria Hilf. Erst einmal klärte er über das Vokabular auf: Prothese heißt keineswegs, dass das ganze Bein ersetzt wird, wie viele Patienten befürchten, sondern auch bei künstlichen Hüft- oder Kniegelenken sprechen die Fachleute von Prothese, von Endo-Prothese nämlich. Bei den Prothesen ist es wichtig, dass qualitativ hochwertiges Material verwendet wird, damit Abrieb vermieden wird. Daher wird heute meist auf Titan und Keramik zurückgegriffen. Bei Keramik wird als Partner Kunststoff verwendet.

Das Knie gilt als das am schwierigsten zu ersetzende Gelenk. Einer von fünf Operierten ist hinterher mit dem Ergebnis nicht zufrieden. Es kann hier leicht zu Fehlern kommen, allerdings benötigt die Heilung in jedem Fall Zeit. „Es dauert immer drei bis sechs Monate, bis der Patient die Knieprothese nicht mehr spürt“, erklärt Rödiger. Weil die Unterschiede von Mensch zu Mensch beim Kniegelenk noch größer sind als in anderen Bereichen, setzen die Experten in letzter Zeit verstärkt auf individuell angepasste Prothesen. „Damit erzielen wir gute Ergebnisse“, sagt der Chef-Orthopäde.

Er rät aber nur dann zu einer Operation, wenn der Patient ständig unter Schmerzen leidet, die Gelenkfunktion stark eingeschränkt ist, und Hobbys aufgegeben werden müssen.