

DAS THEMA: Abendsprechstunde "Wenn die Schulter streikt"

Der Alltag wird zur Qual

Unfall, Überbelastung, Veranlagung machen der Schulter Probleme

Kompliziert und sehr beweglich

**GESUND
IM VEST**

2. Vestischer Gesundheitstag

8. März 2014
Festspielhaus RE
Infos für Aussteller:
☎ 02054 / 87 35 75
Zeitungswerbung:
☎ 02365 / 1071203

INFO

Beratung und Kontakt

◆ **Die Klinik für Orthopädie und spezielle orthopädische Chirurgie** der Paracelsus-Klinik Marl wird geleitet von Chefarzt Dr. med. Lars-Christoph Linke, zu dessen Ärzteteam zwei Oberärzte und sieben Assistenzärzte gehören.
Sekretariat: Annelie Hodan, ☎ 023 65 / 90-25 01, Fax: 023 65 / 90-25 09.

◆ **Allgemeine Sprechstunde:** nach telefonischer Voranmeldung montags, dienstags und donnerstags, 9 Uhr bis 14 Uhr (Notfälle ausgenommen).
Endoprothesensprechstunde: montags, dienstags und donnerstags, 12.30 Uhr bis 15.30 Uhr
Hüft- und Hüftdysplasiesprechstunde: montags, 13 Uhr bis 15 Uhr
Sport- und Arthroskopiesprechstunde: montags, dienstags und donnerstags, 12.30 Uhr bis 15.30 Uhr
Fußsprechstunde: montags und donnerstags, 13 Uhr bis 15 Uhr
Kindersprechstunde: dienstags, 13 Uhr bis 15 Uhr.

◆ **Leistungsspektrum:** Die Klinik bietet alle modernen Möglichkeiten der Diagnostik sowie der konservativen und operativen Therapie. Das Leistungsspektrum umfasst die endoprothetische Versorgung der großen Gelenke unter Verwendung minimal-invasiver Verfahren, Gelenk erhaltende Korrekturoperationen an Hüft-, Knie- und Sprunggelenk, Prothesenwechseloperationen, arthroskopische Operationen an Knie-, Schulter und Sprunggelenk, Korrektur von angeborenen oder erworbenen Zehen- und Fußfehlstellungen, Behandlung von Sportverletzungen und von Wirbelsäulenerkrankungen sowie Kinderorthopädie.

◆ **Klinikum Vest GmbH,** Behandlungszentrum Paracelsus-Klinik Marl, Lipper Weg 11, 45770 Marl, ☎ 023 65 / 90-0

@ www.paracelsus-klinik-marl.de

BEI UNS IM NETZ

Sprechstunde verpasst?

Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des **MEDIENHAUSES BAUER** war? Oder sind Sie auf der Suche nach den richtigen Kontakten und medizinischen Abteilungen zu Ihrem speziellen Gesundheitsthema? – Kein Problem: Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden zu den verschiedensten medizinischen Bereichen.

@ www.gesund-im-vest.de

VON HEIDI MEIER

Schmerzen in der Schulter könne das Leben zur Qual machen. Wenn das Anziehen einer Jacke, das Aufhängen von Wäsche oder das Föhnen der Haare nur noch mit zusammengebissenen Zähnen möglich ist, spätestens dann muss der Fachmediziner ran. Bei der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer am kommenden Montag, 3. März, in der Marler Paracelsus-Klinik stehen sie ab 18.30 Uhr im Mittelpunkt, die Schmerzen in der Schulter.

Ein Unfall, Überbelastung oder anlagebedingte Veränderungen können dazu führen, dass die Schulter Probleme macht. Aber auch Erkrankungen, die mit der Schulter selbst gar nichts zu tun haben – z.B. Bandscheibenvorfälle im Bereich der Halswirbelsäule, Herz-Kreislaufkrankungen oder Erkrankungen der Bauchorgane (Gallenblase). Ist die Schulter betroffen, werden besonders Arbeiten, bei denen die Arme angehoben oder gar überkopf gebracht werden müssen, zur Tortur oder ganz unmöglich.

„Wenn die Schulter streikt“ – unter diesem Titel wird Dr. Lars-Christoph Linke, Chefarzt der Klinik für Orthopädie an der Paracelsus Klinik Marl, bei unserer Abendsprechstunde aufklären – über Ursachen, Diagnose- und Behand-



Alltagsverrichtungen wie das Aufhängen von Wäsche können zur Qual werden, wenn die Schulter streikt. Bei der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer erfahren Sie, was zu tun ist. –FOTO: DPA

lungsmöglichkeiten. Im Einzelnen wird er eingehen auf die Verengung des Gleitraumes unter dem knöchernen Schulterdach, auf die so genannte „Kalkschulter“, auf Schultersteife und auf Verletzungen der Schulterrotatorarmanschette, einer Muskelgruppe, die den Oberarmkopf

in der Gelenkpfanne des Schulterblatts hält und Drehungen nach innen und außen kontrolliert. Und natürlich werden auch Verschleißerscheinungen an Schulterhaupt- und Schulterreckgelenk Thema sein.

„Bewegungstherapie bei Schultererkrankungen“ ist

anschließend das Thema von **Gabriella Labendz**, therapeutische Leiterin der Physiotherapie in der Paracelsus-Klinik. Denn: Gerade bei Schultererkrankungen kommt es darauf an, das Gelenk schnell wieder zu mobilisieren, um Einschränkungen der Beweglichkeit zu verhindern.

INFO Die Abendsprechstunde „Wenn die Schulter streikt“ findet statt am Montag, 3. März, um 18.30 Uhr im Vortragsraum „Kapelle“ der Paracelsus-Klinik Marl, Lipper Weg 11, 45770 Marl. Der Eintritt ist frei.

Schnelle Mobilisierung ist das A und O

Ständige Schonung führt zur Versteifung

Wenn die Schulter ständig schmerzt, ohne dass etwas unternommen wird, kann das ernste Folgen haben. Denn: Der Patient versucht das Gelenk zu schonen, und eben dieses kann dazu führen, dass es sich versteift. Die Funktionsfähigkeit des betroffenen Armes wird dadurch nicht selten in erheblichem Umfang eingeschränkt.

Die Therapie beim Vorliegen von Schultergelenkbeschwerden ist vielschichtig und abhängig von der Art und dem Umfang der zugrunde liegenden Erkrankung. Grundlage der Diagnostik ist neben der Schilderung der Beschwerden und des Krankheitsverlaufes (Anamnese), die klinische Untersuchung, welche durch die Anfertigung von Röntgenauf-

nahmen, ggf. auch durch eine sonographische und oder eine kernspintomographische Untersuchung komplettiert wird.

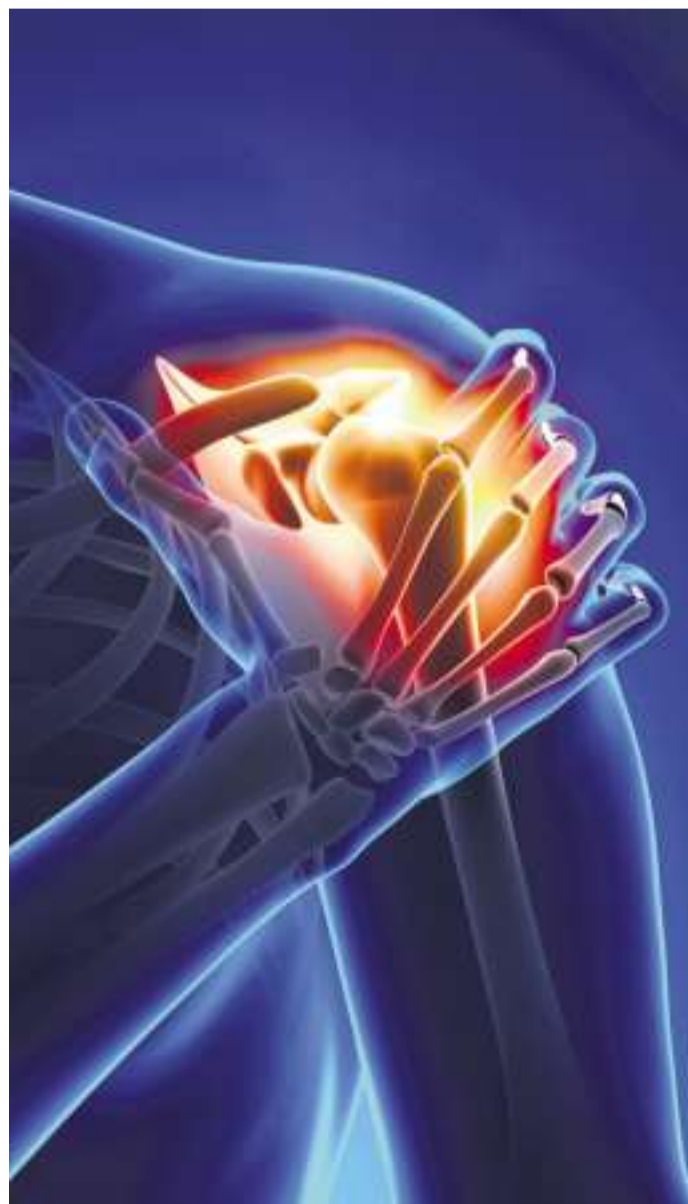
In frühen Erkrankungsstadien kann meist durch konservative Behandlungsverfahren eine Beschwerdebefreiung erreicht werden. Die Palette reicht hier von schmerzlindernden und abschwellenden Medikamenten, über Physio- und Elektrotherapie bis hin zu Stoßwellenbehandlung und Injektionen unter das Schulterdach.

Manchmal hilft nur eine Operation

Kann durch eine konservative Behandlung keine durchgreifende Beschwerdelinderung erreicht werden, oder liegen strukturelle knöchern-/weichteilige Schäden vor, ist meist eine operative Behandlung notwendig. Diese kann in den meisten Fällen minimalinvasiv in der „Schlüssellochtechnik“ (Arthroskopie) erfolgen. Selten sind offene Operationen, beispielsweise zur Behandlung von Schultergelenkverschleißleiden und der Implantation einer Schulterprothese nötig, um den Betroffenen von seinen Beschwerden zu befreien.

Auch nach einer Operation ist schnelle Mobilisierung das A und O. Schon 24 Stunden nach dem Eingriff geht's los. In enger Abstimmung mit den Ärzten sorgen Physiotherapeuten zunächst für eine passive Bewegung mit unterstützenden Hilfsmitteln. Sobald medizinisch möglich, erfolgt der Übergang zu einer aktiven Bewegung.

Zusätzlich wird für jeden Patienten ein Programm entwickelt, mit dem dieser selbst weiter trainieren kann. Ein abgestimmtes Bewegungstherapie-Konzept und professionelle Anleitung liefern die Basis dafür, die Schulter bald wieder schmerzfrei belasten zu können.



Die Schulter ist ein hochkomplexes Gelenk. Wird sie wegen starker Schmerzen zu lange geschont, kann sie versteifen. –FOTO: FOTOLIA

ANZEIGE

**GESUND
IM VEST**

ABENDSPRECHSTUNDE

Wenn die Schulter streikt

**Montag,
3. März 2014,
18.30 Uhr**

**Paracelsus-Klinik Marl
Vortragsraum „Kapelle“
Lipper Weg 11
45770 Marl**

Moderation: **Bernd Overwien**
(Chefredaktion Medienhaus Bauer)

Interessierte Bürger und Patienten fragen, Experten geben kompetente Antworten

Wir laden Sie herzlich ein und freuen uns auf Ihr Kommen!

Eintritt frei!

KLINIKUM VEST
MEDIENHAUS
BAUER

Referenten und Themen

Dr. med. Lars-Christoph Linke

Chefarzt der Klinik für Orthopädie an der Paracelsus-Klinik Marl, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Spezielle orthopädische Chirurgie, Kinderorthopädie, Sportmedizin, Physikalische Therapie und Balneologie

„Wenn die Schulter streikt“

Gabriella Labendz

Therapeutische Leitung Pro Aktiv, Lipper Weg 11, 45770 Marl

„Bewegungstherapie bei Schultererkrankungen“