

DAS THEMA: Abendsprechstunde "Wenn jeder Schritt schmerzt"

IN EIGENER SACHE

Veranstaltung wird wiederholt

Unsere Abendsprechstunde „Wenn jeder Schritt schmerzt“ wird – wie schon am Montag angekündigt, als uns der große Andrang schier überwältigte – wiederholt. Und zwar am Montag, 11. November, um 18.30 Uhr im Vortragssaal des Knappschafftskrankenhauses Recklinghausen. In unserer Beilage „Service: Gesundheit“ werden wir Sie rechtzeitig noch einmal darauf aufmerksam machen.

INFO

Beratung und Kontakt

◆ **Die Klinik für Orthopädie** an der Paracelsus-Klinik in Marl wird geleitet von Dr. med. Lars-Christoph Linke, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Spezielle orthopädische Chirurgie, Kinderorthopädie, Sportmedizin Physikalische Therapie und Balneologie, Chirotherapie. **Sekretariat:** Annelie Hodan, ☎ 23 65 / 90-25 01 **Sprechstunden** Allgemeine Sprechstunde: Montag, Dienstag und Donnerstag, 9 Uhr bis 14 Uhr (Notfälle ausgenommen) **Spezialsprechstunden** (nach Voranmeldung) Endoprothesensprechstunde: Montag, Dienstag und Donnerstag, 12.30 Uhr bis 15.30 Uhr Hüft- und Hüftdysplasie-sprechstunde: Montag, 13 Uhr bis 15 Uhr.

◆ **Die Paracelsus-Klinik** in Marl gehört zum Klinikum Vest, ☎ 0 23 65 / 90-0
@ kk-recklinghausen.de

— ANZEIGE —



◆ **Die Rehaklinik am Berger See** wird geleitet von Chefarzt Dr. med. Daniel Bücheler. Sie ist Teil eines medizinischen Gesamtkonzeptes, in dem auch das Krankenhaus Bergmannsheil und ein medizinisches Zentrum zusammenarbeiten. **Adresse und Kontakt:** Rehaklinik am Berger See, Adenauerallee 32, 45894 Gelsenkirchen, ☎ 02 09 / 59 02-100, E-Mail: gesund@reha-am-see.de
@ www.reha-am-see.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

Der Saal platzte aus allen Nähten als es am vergangenen Montag bei der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer um den Verschleiß von Hüft- und Kniegelenken ging. Wie kann er behandelt werden? Was ist, wenn der Einsatz einer Prothese unausweichlich ist? – Die Fachmediziner der orthopädischen Abteilung der Paracelsus-Klinik Marl informierten ausführlich darüber.

Meist ist es Arthrose, die zu Problemen mit Hüfte oder Knie führt. Durch Belastung wird die schützende Knorpelschicht im Gelenk verstärkt abgerieben, die Gleitfähigkeit der Gelenkflächen lässt nach. Nach und nach verschwindet der Knorpel ganz, Knochen reibt auf Knochen – und das ist schmerzhaft.

So beschrieb Chefarzt Dr. Lars-Christoph Linke das Geschehen im Gelenk, das ausgelöst wird durch dauerhaftes Übergewicht, Fehlstellung der Beine, Entzündungen durch Infektionen am Gelenk oder auch Rheuma bis hin zu seltenen neurologischen Auslösern. Kommen mehrere davon zusammen, sei der Verschleiß vorprogrammiert. Ebenso nach einer Entfernung des Meniskus (vorzeitiger Verschleiß nach zehn Jahren), nach einem unbehandelten Kreuzbandriss (Verschleiß durch Instabilität), Gelenkbruch und Kniescheibenverrenkungen sowie nach längerer Bettlägrigkeit.

Bei einer Knorpelschädigung schmerzt das Knie, es können sich Gelenkergüsse bilden, die Knochen knirschen und das Treppensteigen wird beschwerlich. „Im

Meist ist es Arthrose

Ob Hüfte oder Knie: Gelenkerhalt geht vor -ersatz



Bis auf den letzten Platz besetzt war der Veranstaltungssaal bei unserer Abendsprechstunde in der Paracelsus-Klinik. Wegen des großen Andrangs werden wir sie am 11. November wiederholen.

—FOTO: TORSTEN JANFELD

gen“, erläuterte Dr. Linke den vorprogrammierten Leidensweg. „Knorpeldefekte heilen nicht und schreiten immer weiter fort“, mahnte er, möglichst frühzeitig den Arzt zu konsultieren. Denn: „In der Frühphase kann man immer noch versuchen, durch andere Maßnahmen, den Einsatz einer Prothese hinauszuzögern.“

O-Beinen kann auch eine Umstellung der Beinachsen Beschwerdefreiheit für fünf bis sieben Jahre bringen. Bei größeren Defekten bedürfe es jedoch sehr individueller Lösungen.

Wenn alle anderen Bemühungen gescheitert und die Lebensqualität der Patienten stark eingeschränkt sind,

er nicht aus und nannte hier vor allem die vorzeitige Lockerung der Prothese durch Materialverschleiß, Entzündungen und Knochenveränderungen. Er plädierte dafür, nur Prothesen zu verwenden, die sich länger bewährt haben.

er nicht aus und nannte hier vor allem die vorzeitige Lockerung der Prothese durch Materialverschleiß, Entzündungen und Knochenveränderungen. Er plädierte dafür, nur Prothesen zu verwenden, die sich länger bewährt haben.

Sicher geboren in der Nachbarschaft!

Informationen unter www.zum-babyglueck.dePerinatalzentrum
GelsenkirchenMarienhospital
Gelsenkirchen GmbH
Sankt Marien-Hospital
Buer GmbH

Frühstadium müssen sich die Patienten nach längerem Sitzen erstmal einlaufen, dann werden die schmerzfreien Gehstrecken immer kürzer, und schließlich meldet der Schmerz sich auch im Lie-

Zum Beispiel durch eine Arthroskopie, bei der die Mediziner nicht nur minimalinvasiv ins Knie schauen, sondern auch mittels kleinster Instrumente kleinere Defekte beheben können. Bei Menschen mit starken X- oder

dann sei allerdings das künstliche Gelenk das Mittel der Wahl. Und auch dabei sind individuelle Lösungen gefragt. Bei einseitigem Gelenkverschleiß erlauben es Schlittenprothesen, auch nur diese eine Seite zu ersetzen, und ermöglichen gleichzeitig im Be-

Dr. Linke: „Damit kommt man im Alltag gut zurecht.“ Bei sehr instabilen Knien mit einem geschädigten Bandapparat müssten jedoch Prothesen eingesetzt werden, die mit einem längeren Schaft in Ober- und Unterschenkelknochen verankert sind. Aber auch die Risiken sparte

Das sei der Fall, wenn über 90 Prozent eines Implantat-typs nach zehn Jahren noch gut funktionieren. Ein künstliches Knie könne aber durchaus auch 15 bis 20 Jahre ohne Probleme halten. Dr. Lars-Christoph Linke: „Allerdings ist jede Operation nur so gut, wie der Arzt, der sie durchführt.“

IN KÜRZE

Sport erwünscht

Auch wer ein künstliches Gelenk hat, darf und soll Sport treiben. Diese Sportarten empfehlen die Fachmediziner bei der Abendsprechstunde: Schwimmen, Aqua-Jogging, Radfahren, Nordic-Walking, Gymnastik, Tanz, Rudern, Wandern. Nicht geeignet sind Ball- und Sprungsportarten.

Trägerischer Schmerz in Leiste und Knie

Wenn die Hüfte Probleme macht

(-hm-) Wenn es um den Verschleiß der Hüfte geht, gibt es viele Parallelen zu dem des Knies – aber auch Unterschiede. Frank Löper, Oberarzt in der Orthopädie der Paracelsus-Klinik, widmete sich bei der Abendsprechstunde diesem Thema.

Altersverschleiß aber auch die angeborene Hüftdysplasie nannte er als Hauptursachen. Auch wenn die ersten Beschwerden bei einer Arthrose in der Hüfte ebenfalls in Anlaufschwierigkeiten und Belastungsschmerz bestehen – der Schmerz ist ein anderer. Trägerischer Weise äußert er sich meist in der Leiste und gelegentlich sogar im Knie. In späterem Stadium tritt er ebenfalls auch in Ruhe auf, die Bewegungsmöglichkeiten werden eingeschränkter und es kommt zur Einsteifung des Gelenks.

Wer mit einer Hüftdysplasie geboren wird, bei der der Gelenkkopf aus der Pfanne zu gleiten droht, kann dem Verschleiß allerdings vorbeugen. Im Säuglingsalter geschieht



Der Schnitt, den es braucht, um ein künstliches Hüftgelenk einzusetzen, ist nicht besonders groß – sofern die Bedingungen gut sind.

—FOTO: DPA

das durch das Anlegen von Spreizhosen oder Bandagen, im Kindesalter kann eine Pfannendachplastik das Gelenk dauerhaft zu erhalten, und wer die Dysplasie erst

durch Schmerzen im jungen Erwachsenenalter entdeckt, kann ebenfalls durch eine Operation den Protheseneinsatz abwenden. Löper: „Eine sehr belastende Operation,

nach der man fünf bis sechs Monate braucht, um wieder fit zu werden. Aber danach verhält es sich mit dem Verschleiß wie bei anderen Hüftgelenken auch.“

Wenn die Hüfte allerdings erstmal kaputt ist, könnten Schmerzfreiheit und alte Lebensqualität nur noch durch den Einsatz eines Kunstgelenks wiedererlangt werden. Dabei wird der Oberschenkelhals durchtrennt und eine individuell angepasste Prothese, bestehend aus Hüftkopf und Prothesenschaft, eingesetzt. Die genaue Planung erfolgt mittels Computer, der die notwendige Stellung der Prothese individuell, gemessen an den anatomischen Gegebenheiten des einzelnen Patienten, ermittelt.

Frank Löper: „Die Mechanik des Beins sollte der von vor Beginn der Arthrose gleichen.“ Bei günstiger Ausgangslage sei dazu ein Schnitt von lediglich rund acht Zentimetern nötig.

Eine „beste Prothese“ gibt es nach Ausführungen von Frank Linke übrigens nicht: „Es kommt auf die individuelle Anatomie, das Alter und die Ansprüche des Patienten an. Und auch auf die Erfahrungen des Operateurs.“

Hyaluronsäure

Hyaluronsäure ins Gelenk gespritzt, hilft bei Arthrose nur bedingt. Dr. Lars-Christoph Linke: „Sie heilt nicht, lindert aber die Beschwerden und kann, wenn der Knorpel nicht komplett abgerieben ist, die Zeit bis zum Einsatz einer Prothese verlängern.“ Verlässlich sei die Wirkung aber nicht – bei manchen helfe es gar nicht, andere seien bis zu einem Jahr zufrieden. Linke: „Bei mittlerem Verschleiß kann es sinnvoll sein. Die Kasse zahlt es jedoch nicht.“

In jedem Alter

Für den Einsatz eines künstlichen Gelenks gibt es keine Altersbegrenzung. Nach Ausführungen von Dr. Lars-Christoph Linke muss jedoch bei Menschen mit weiteren schweren Erkrankungen (z.B. Schlaganfall oder Herzinsuffizienz) das Operationsrisiko sorgfältig abgewogen werden.