



NEUE SERIE
ORTHOPÄDIE-
SPRECHSTUNDE

Ab jetzt in Ihrer

FUNK
UHR

FOLGE 1

Herr Doktor, muss bei **Arthrose** immer operiert werden?



UNSER EXPERTE
Dr. med. Frank Sommerfeld
 Facharzt für Orthopädie,
 Dachau

Wir werden nicht nur älter, wir sind auch sportlich viel aktiver. Das führt allerdings dazu, dass die Gelenke stärker belastet werden. Somit verwundert es nicht, dass rund acht Millionen Menschen in Deutschland Gelenkschmerzen haben. Doch wie entsteht eine Arthrose? Und muss dann immer operiert werden, gar ein künstliches Gelenk eingesetzt werden? FUNK UHR sprach mit Dr. Frank Sommerfeld, Orthopäde aus Dachau.

Schleichender Prozess: **Anfänglich kaum Symptome**

Die Arthrose beginnt mit Knorpelrissen, dadurch erhöht sich die Reibung im Gelenk. Das hat einen verstärkten Abrieb zur Folge – über Jahre, allerdings spürt es der Betroffene kaum. Später kommt es dann zu schmerzhaften, entzündlichen Phasen. Und schließlich reiben knorpelfreie Knochenflächen aufeinander. Die Betroffenen nehmen eine Schonhaltung ein, bewegen sich möglichst wenig. Der Beginn eines Teufelskreises: Der Gelenkknorpel erhält weniger

„Es ist ein einfaches Prinzip: Wer einen Arzt in der Klinik aufsucht, wird häufiger operiert als jemand, der einen niedergelassenen Facharzt wählt“

Dr. Frank Sommerfeld

Sauerstoff und Nährstoffe, was zu einem noch stärkerem Verschleiß (med. Degeneration) führt. Leider gehen viele erst zum Arzt, wenn die Arthrose fortgeschritten ist. Ob dann gleich operiert werden muss, hängt vom jeweiligen Patienten ab. Da ist eine Einzelfallabklärung sinnvoll.

Den Knorpel schützen: **Hyaluronsäure hilft**

Die Therapie richtet sich nach dem Schweregrad der Erkrankung. Dazu gehören u. a. Schmerz- und entzündungshemmende Medikamente. Allerdings verfolgt man damit vor allem ein kurzfristiges Therapieziel: eine rasche Linderung der Beschwerden. Substanzen, die eine Degeneration des Knorpels hemmen, greifen dagegen langfristig in Krankheitsgeschehen ein. Der Arzt inji-

ziert sie direkt in den Gelenkraum und das führt zur Aufbesserung der Gelenkschmierung. Diese wird wieder zähflüssiger, kann ihre schmierende und schützende Wirkung besser erfüllen. Gleichzeitig wird der Gelenkknorpel durch die schützende Hyaluronsäure-Schicht viel besser gepuffert. Die Beweglichkeit der Gelenke nimmt schon bald wieder zu, Schmerzen gehen zurück. Neben den Einkammerspritzen, die es seit vielen Jahren auf dem Markt gibt, kann Hyaluronsäure jetzt auch als Doppelkammerspritze (z. B. RenehaVis) verabreicht werden. Sie enthält in einer Spritze zwei Hyaluronsäuren in unterschiedlicher molekularer Dichte. Der Inhalt der ersten Kammer ist dünnflüssig wie Wasser, während die zweite Kammer dickflüssige Hyaluronsäure beinhaltet – das dient einer optimalen Schmierung der Gelenkknorpel. Je besser diese ist, umso größer ist der positive Effekt auf die Beweglichkeit und somit auf die Lebensqualität. Und Betroffene bleibt eine OP erspart.

Gelenken Gutes tun: **den Verschleiß aufhalten**

Neben gesunder Ernährung ist Bewegung wichtig. Nur durch Bewegung werden alle Gelenk-Knorpel mit Nährstoffen versorgt. Gelenkfreundliche Sportarten sind z. B. Radfahren und Rudern. Patienten, die mehr über Gelenkerkrankungen erfahren möchten oder einen Spezialisten suchen, empfehle ich die Seite vom Deutschen Orthopädie Netzwerk DON (siehe links). Hier gibt es in verständlicher Form Infos zu Krankheiten und Therapien, Therapeuten werden vermittelt. Hilfreich, um sich gut auf den Arzttermin vorzubereiten.

Schreiben Sie uns oder rufen Sie an!

Sie haben Fragen zu orthopädischen Erkrankungen?

Nutzen Sie die kostenlose Hotline: 0800/6 73 84 11,
 Mo.–Fr. von 10–15 Uhr

Oder Sie finden uns unter:
www.dononline.de oder stellen Sie uns Ihre Fragen an **info@dononline.de**