

## 1.40-DOK2-22 Patienteninformation „Arthrose“

### Was ist Arthrose?

Der Knorpel in unseren Gelenken dient dem fast reibungslosen Gleiten der Gelenkenden. Außerdem wirkt Knorpel auch als Stoßdämpfer in den Gelenken. Wie fast alle Gewebearten unterliegt auch das Knorpelgewebe einem gewissen Verschleiß. Wenn der Knorpel in unseren Gelenken weich und brüchig wird, spricht man von einer Arthrose.



### Ursachen

Neben dem ganz natürlichen altersbedingten Verschleiß, kann der Knorpel in unseren Gelenken auch z.B. in Folge einer Verletzung zerstört werden, so dass auch in jungen Jahren bereits eine Arthrose entstehen kann. Arthrose ist also nicht zwingend eine Krankheit des Alters.

### Krankheitserscheinungen:

Eine Arthrose ist nicht immer schmerzhaft. Es handelt sich um eine nicht-entzündliche Gelenkerkrankung, die aber entzündliche Phasen hat und in diesen entzündlichen Phasen schmerzt das Gelenk und schwillt nicht selten auch stark an.

Je schwerer die Arthrose ist, desto häufiger kommt es zu entzündlichen Phasen, manchmal bleibt die Entzündung dauerhaft im Gelenk.

### Diagnostik

Die orthopädische Untersuchung ergibt erste Hinweise auf eine mögliche Arthrose. Röntgenaufnahmen werden dann zumindest eine fortgeschrittene Arthrose erkennbar machen.

Im Zweifelsfall kann eine Magnetresonanztomographie („MR-Tomographie / Kernspin“) die Diagnose sichern.

### Behandlung

In den meisten Fällen und insbesondere bei noch nicht zu weit fortgeschrittener Arthrose, spricht diese Erkrankung auf eine konservative Behandlung gut an.

Zu den konservativen Therapieansätzen gehören: Akupunktur, entzündungshemmende Schmerzmittel („NSAR“), Bandagen, Salben und Umschläge. Ferner können Einlagen, bestimmte Nahrungsergänzungsmittel, Krankengymnastik und die intraartikuläre Gabe von Hyaluronsäure und / oder konditioniertem Plasma zur Beschwerdelinderung führen. Sinnvollerweise werden solche Therapieformen individuell geplant und kombiniert.

Führt die konservative Therapie zu einer ausreichenden Beschwerdebesserung, ist weiter nichts zu tun, denn eine Arthrose ist keine tödliche Krankheit und man kann auch mit Arthrose alt werden. Anders sieht es aus, wenn trotz konservativer Maßnahmen keine ausreichende Beschwerdelinderung eintritt. In diesem Fall sollten Sie über operative Behandlungsmöglichkeiten nachdenken.

## Operation

In manchen Fällen kann bei einer Arthrose z.B. des Kniegelenks eine **Arthroskopie** hilfreich sein. Hier werden abgebrochene Knorpelfragmente aus dem Gelenk entfernt, der meist zerrissene Meniskus wird geglättet und entzündete Gelenkschleimhaut entfernt. Ein solcher Eingriff dauert in der Regel nur wenige Minuten, kann meist ambulant durchgeführt werden und ist nur sehr selten mit Komplikationen vergesellschaftet.

In erster Linie gibt eine solche Gelenkspiegelung aber Aufschluss über das Ausmaß der Arthrose und lässt eine Prognose über die Chancen einer konservativen Behandlung zu.

Wenn trotz Arthroskopie und konservativer Therapie keine ausreichende Beschwerdefreiheit erreicht werden kann, besteht die Möglichkeit das erkrankte Gelenk durch eine **Endoprothese** zu ersetzen.

Dies sollte aber der letzte Schritt in der Behandlungskaskade einer Arthrose sein.

Für eine Hyaluronsäuretherapie und / oder die Anwendung von autologem konditioniertem Plasma im Gelenk stehen gesonderte Informationsbroschüren zur Verfügung. Dies gilt auch für die Versorgung mit orthopädischen Einlagen.

Wenn Sie weitere Fragen haben, sprechen Sie uns einfach darauf an.

### Ergebnisse und Risiken

Eine konservative Arthrosetherapie beinhaltet sehr wenige Risiken. Im Wesentlichen besteht das Risiko einer **Gelenkinfektion** nach Spritzen in das betroffene Gelenk. Selbstverständlich ist es möglich, dass die Therapie nicht hilft, dann hat man Zeit und (vielleicht) etwas Geld verloren.

In jedem Fall ist es sinnvoll und durchaus erfolgversprechend zunächst einen konservativen Behandlungsversuch zu unternehmen bevor man an einen Gelenkersatz denkt.

erstellt von: Dr. Jürgen Fritz:  
07.12.2014

geprüft und freigegeben von: Dr. Jürgen Fritz  
am: 07.12.2014

Revisionsstatus: 1.0