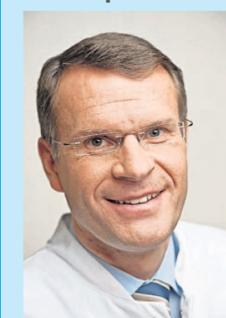


Der Experte



Prof. Dr. med. Matthias Schürmann, Chefarzt der Abteilung für Unfallchirurgie, orthopädische Chirurgie und Handchirurgie

Seit 2003 Chefarzt der Abteilung für Unfallchirurgie, orthopädische Chirurgie und Handchirurgie des Sana Klinikum Hof und seit 2008 Professor für Chirurgie an der Friedrich Alexander Universität Erlangen/Nürnberg. Seit 2008 ist Prof. Dr. med. Matthias Schürmann Ärztlicher Direktor des Sana Klinikum Hof.



Professor Schürmann und Birgit Döhne, Marketingleiterin der *Frankenpost*, führten durch den informativen Vortragsabend am 5. April im Hofer Kino.
Foto: Jochen Bake



Sana Klinikum Hof

Kontakt:
Abteilung für Unfallchirurgie und orthopädische Chirurgie
Medizinisches Versorgungszentrum
Telefon 09281 98-2812
E-Mail: skh-unfallchirurgie@sana.de

Schmerzen in Hüfte und Knie

Was kann man tun, um Gelenkschäden vorzubeugen? Das war eine zentrale Frage des Vortrags von Professor Matthias Schürmann, Chefarzt der Unfallchirurgie, orthopädischen Chirurgie und Handchirurgie am Sana Klinikum Hof. Hunderte interessierte Zuhörer lauschten im Hofer Central-Kino auf Einladung der *Frankenpost* Schürmanns Ausführungen zum Thema „Schmerzen in Hüfte und Knie – wann ist es Zeit für das künstliche Gelenk? Gibt es Alternativen?“

„Wir müssen uns einfach nur so verhalten, wie es die Natur für uns vorgesehen hat“, lautet der ebenso banale wie wichtige Rat des Experten. Nachdem der Mensch den aufrechten Gang erlernt hatte, lief er täglich mindestens zehn Kilometer durch die Savanne. „Und wir? Wir sitzen viel mehr als wir laufen,

und wir essen ungesund. Kurz: Wir verhalten uns nicht unserem Bauplan gemäß.“ Dabei könne die Vermeidung von Übergewicht und regelmäßige Bewegung viele Beschwerden verhindern.

Individueller Behandlungsplan

Kommt es doch zu Schädigungen an den Gelenken und damit verbundenen Schmerzen, erarbeitet der Professor nach einer eingehenden Untersuchung für jeden Patienten einen ganz individuellen Behandlungsplan. Am Anfang stehen immer konservative Therapien: Krankengymnastik, Kühl- oder Wärmebehandlung, Einlagen, Bandagen (die gerade bei Knie-Problemen zum Teil sehr wirkungsvoll sind), Medikamente und eventuell Injektionen.

Zwei Dinge sind Professor Schürmann dabei wichtig:

Der Patient muss seinen Teil dazutun und sein Verhalten entsprechend anpassen. Und zu Spritzen sollte nur gegriffen werden, wenn diese auch wirklich notwendig sind, denn jede Spritze berge auch ein Risiko. Die meisten Medikamente können auch oral verabreicht werden, und bei Injektionen in Gelenke sei unbedingt darauf zu achten, dass diese unter absolut sterilen Bedingungen erfolgen.

Letzte Lösung: Operation

Erst wenn die konservativen Therapiemöglichkeiten, die immer nur die Symptome behandeln, aber nicht geschädigte Gelenke heilen können, ausgeschöpft sind und die Patienten den Leidensdruck nicht mehr aushalten, rät Schürmann zur Operation. Operation heißt jedoch nicht gleich Gelenkersatz. Der Ex-

perte stellte verschiedenste Eingriffe vor, bei denen das Gelenk erhalten bleibt – von der Knorpel-Transplantation aus wenig belasteten Stellen des Gelenks an die geschädigten Stellen bis hin zur operativen Korrektur der Beinachse zur Gelenk-Entlastung.

Muss ein Gelenk tatsächlich ersetzt werden, stehen verschiedenste Prothesen zur Verfügung. Professor Schürmann und seine Kollegen setzen alles daran, aus diesem großen Angebot das richtige Gelenk für jeden Patienten zu finden. Bei Bedarf stehen auch hypoallergene Implantate zur Verfügung oder solche, die anatomisch individuell für den Patienten angefertigt werden. Aus den verschiedenen möglichen Operationstechniken wählen die Ärzte immer die, die sich am besten für den betroffenen Patienten eignet.
SANDRA LANGER

Was interessierte die Zuhörer nach dem Vortrag besonders?

Kann man mit Nahrungsergänzungsmitteln einer Arthrose vorbeugen?

„Alles, was einen nachgewiesenen Nutzen hat, wird von den Krankenkassen bezahlt. Das bedeutet umgekehrt: Bei allen anderen Dingen ist der Nutzen in der Regel nicht nachgewiesen – und man kann manches zwar ausprobieren, sollte aber aufpassen, nicht viel Geld zum Fenster hinaus zu werfen. Prinzipiell gilt: Nur bei einem nachgewiesenen Mangel sollte man dauerhaft Nahrungsergänzungsmittel einnehmen.“

Ist ein Knirschen und Knacken in den Gelenken ein Zeichen beginnender Arthrose?

„Nein, das ist ganz normal und in der Regel weder krankhaft noch gefährlich. Trotzdem sollte man dieses Phänomen nicht absichtlich immer wieder herbeiführen, um

unnötiger Abnutzung vorzubeugen.“

Wie lange hält eine Prothese?

„Das ist individuell sehr unterschiedlich. Aber es fällt auf, dass gerade bei jüngeren Patienten schneller Lockerungen auftreten als bei älteren – was umso mehr dafür spricht, so lange wie möglich an konservativen Behandlungsmöglichkeiten festzuhalten. Prinzipiell kann ein Implantat aber problemlos über 15 oder 16 Jahre halten.“

Kann Akupunktur bei Gelenkschmerzen Abhilfe schaffen?

„Die Akupunktur ist auf jeden Fall ein fester Bestandteil der Schmerztherapie, mit der man die verschiedensten Bereiche des Körpers behandeln kann. Es werden allerdings nicht alle Behandlungen von der Krankenkasse übernommen.“

Lebensqualität bewahren – Gelenksbeschwerden behandeln

Gesunde Gelenke sind für das Leben von entscheidender Bedeutung. Erst wenn Gelenke schmerzen oder die Funktion beeinträchtigt ist, wird klar, wie wichtig das „Gelenkspiel“ für den Körper ist und wie stark das Wohlbefinden von der Gelenkfunktion abhängig ist. Häufig werden jedoch diese wichtigen Strukturen des Körpers vernachlässigt und Bewegungsarmut, Übergewicht und Fehlbelastung setzen dem Körper über viele Jahrzehnte zu. Gelenksbeschwerden gehören zu den größten Volksleiden. Auch die viel zitierten Rückenleiden sind teilweise auf Beschwerden überlasteter Wirbelgelenke zurückzuführen.

Die wichtigste Aufgabe des Orthopäden ist es, zunächst die Ursache der Beschwerden exakt zu ermitteln. Dies ist oft viel schwieriger als man glauben mag. Schmerzen und Funktionsstörungen entstehen unter Umständen an verschiedenen Stellen und eine umfangreiche körperliche Untersuchung ist die wichtigste Voraussetzung für die richtige Diagnose. Die Behandlungsmöglichkeiten von Gelenksbeschwerden sind heute sehr umfangreich. Dabei sollten nicht operative Verfahren immer im Vordergrund stehen. Die modernen Möglichkeiten der Physiotherapie und Schmerztherapie sollten erst ausgereizt werden, bevor operative Eingriffe geplant und umgesetzt werden. In Deutschland werden jährlich bei Arthrose 210000 Hüftgelenke und 165000 Kniegelenke implantiert – doch der Gelenkersatz von der „Stange“ wird dem Problem nicht gerecht.

weiß Chefarzt Schürmann. „Die Behandlung von Patienten mit einer Gelenkabnutzung erfordert eine eingehende klinische Untersuchung. Das heutige Verständnis der Arthroseerkrankung eröffnet Arzt und Patient mannigfaltige Behandlungsmöglichkeiten, an deren Ende – und nicht an deren Anfang – der Gelenkersatz steht. Es kann mitunter vorkommen, dass der Patient kaskadenartig über Jahre mit wechselnden und aufeinander aufbauenden Verfahren behandelt werden muss. Jeder Patient hat das Recht auf eine individuelle Beratung und Therapieplanung.“

Schmerzhafte Gelenkproblem und deren Behandlungsmöglichkeiten:

■ **Beginnende oder mäßige Arthrose:** Krankengymnastik, „Bewegung ohne Belastung“, entzündungshemmende Medikation, Einlagen, Bandagen, Bäder, Elektrotherapie, Akupunktur, Injektionen.

■ **Femoro-acetabuläres Hüftimpingement:** Schmerzhafte Einklemmungsercheinungen an der Hüfte, die über längere Zeit zur Arthrose führen, können in Schlüsselochtechnik ohne Implantat geheilt werden.

■ **Tiefe Knorpelschäden am Knie:** Lokale Knorpelbehandlung durch Gelenkspiegelung führt zur Bildung von Ersatzknorpel.

■ **Innenseitige Teilarthrose des Kniegelenks:** Spezielle Einlagen reduzieren die Kniebeschmerzen. O-Bein Stellung wird operativ ausgeglichen und entlastet die schmerzhafte Arthrose. Teilarthrose am Kniegelenk wird durch Schlittenimplantate behandelt.

Endoprothetikzentrum Hof

Das Endoprothetikzentrum Hof unter der Leitung von Prof. Dr. Matthias Schürmann bietet seit Jahren ein großes Spektrum an operativen und nicht-operativen Therapien für Patienten mit Gelenkproblemen. Tausende von Patienten erhielten in den letzten Jahren einen Gelenkersatz an Hüfte, Knie oder Schulter. Dabei wurden in Hof auch sehr viele „Problempatienten“ mit schweren Allgemeinerkrankungen, schwierigen Gelenkerstörungen oder starkem Übergewicht operiert. Durch standardisierte Operationstechnik und Anwendung von hoch-effizienten Hygienemaßnahmen im OP konnte die Häufigkeit der gefürchteten Infektion eingebauter Gelenkimplantate seit Jahren auf Null gesenkt werden. Die Patienten des Endoprothetikzentrums profitieren eindeutig von den Konzepten des interdisziplinären Behandlungsteams. Die Ergebnisse der operativen Eingriffe heben das Zentrum klar vom Bundesdurchschnitt ab. EPZ Hof, Praxis für Orthopädie – Praxis Hof, Eppenreuther Straße 9, 95032 Hof, Telefon 09281 98-2812 MD



Endoprothetikzentrum Hof

Die Hüftkappe



Professor Schürmann demonstriert die Möglichkeit, eine Hüfte zu „überkronen“.
Foto: Sana Klinikum Hof/Giegold

Seit über 20 Jahren besteht die Möglichkeit, ein Hüftgelenk mit hohem Knorpelverschleiß in einer aufwendigen Operation quasi zu „überkronen“. Professor Schürmann, Leiter des Endoprothetikzentrums Hof, hat große Erfahrung in dieser Operationstechnik, die nur für bestimmte Patienten geeignet ist. Mehr als 250 Patienten konnten mit dieser

Methode in Hof bereits operiert werden. Nachuntersuchung der operierten Patienten zeigen eine lange „Überlebenszeit“ der Implantate und vor allem eine hervorragende Funktionalität.

Die Patienten sind häufig wieder voll sportfähig und unterliegen nicht der Gefahr der gefürchteten Luxation (Verrenkung) des Kunstgelenks.

Was tun, wenn die Prostata wächst und die Blase schwächt?

Der nächste Vortrag findet am 10. Mai um 19.30 Uhr im Central Kino in Hof statt. Referenten sind Dr. med. Hansjörg Keller, Chefarzt der Klinik für Urologie, Kinderurologie, Urologische Onkologie und Palliativmedizin und Oberarzt Dr. med. Razvan Vasile Dican.