

Ausgerenkt – Hilfe für die Schulter

Ob Luxation oder Riss der Rotatorenmanschette: Heute können erfahrene Chirurgen mit kleinen arthroskopischen Eingriffen einer chronischen Instabilität oder Gelenk-Versteifung vorbeugen

Schon im antiken Rom galt sie als Symbol für Kraft und Unbezwingbarkeit. „Die Schulter ist das Gelenk mit der größten Bewegungsfreiheit“, sagt Dr. Alfred Eichbichler vom Zentrum für Orthopädie im Forum Bogenhausen. Doch so faszinierend die Schulter ist, so verletzlich ist dieses komplizierteste Gelenk des Menschen durch Stürze, Unfälle und Verletzungen.

Jeder zehnte Patient, der heute einen Orthopäden aufsucht, leidet unter Schmerzen im Schulterbereich. Vor allem

Sportler und ältere Menschen werden häufig von chronischen Problemen geplagt. Besonders wenn sie nach einer Verletzung nicht schnell und fachkundig behandelt worden sind.

Die Luxation: ein Teufelskreis
„Der Oberarmkopf kann sich in der flachen Gelenkpfanne mit einem großen Radius sehr flexibel bewegen (siehe Foto). Dadurch ist eine fast komplette horizontale Drehung des Armes möglich“, erklärt Dr. Alfred Eichbichler,

Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie: „Dieser riesige Bewegungsradius macht die Schulter zum beweglichsten und zugleich zum anfälligsten Gelenk.“

Ob beim Sport oder bei einem Sturz auf den gestreckten Arm – eine Luxation der Schulter ist schnell passiert: Durch die Krafteinwirkung beim Aufprall springt der Oberarmkopf nach vorne oder hinten aus der Gelenkpfanne, und schon ist die Schulter ausgerenkt.

Schmerzen sollte man nicht passiv erdulden, wenn Hilfe möglich ist

Sinnvoll ist dann eine Untersuchung bei einem erfahrenen Spezialisten. Denn vor allem bei jüngeren Patienten ist die Gefahr für eine chronische Instabilität der Schulter sehr groß. Die Folge: „Bereits bei harmlose Alltagsbewegungen renkt sich die Schulter bei den Betroffenen aus“, weiß Eichbichler aus Erfahrung. Ein echter Teufelskreis: Oft sind Unfälle der Beginn einer chronischen Instabilität der Schulter mit ständig erneuten Luxationen des Schultergelenks.

Eleganter und schonender Eingriff
Das konnte der Schulterexperte erst kürzlich wieder bei der Münchner Fallschirmspringerin Anja Linke verhindern: „Die Sportlerin, die schon beim Deutschen Rekord im Mannschaftsspringen dabei war, ist nach der Operation wieder uneingeschränkt fit“, so Eichbichler. „Dank einer professionell durchgeführten Schulterarthroskopie lassen sich die gefährlichsten Spätfolgen einer Luxation heute vermeiden“, verspricht Eichbichler. Denn ein erfahrener Chirurg kann bei einer solchen minimalinvasiven Schlüsselloch-Operation die an- oder abgerissene Gelenkklappe (Labrum) und die -kapsel sowie die Stabilisierungsbänder erfolgreich wieder annähen.

„Die Arthroskopie ist eine sehr elegante und schonende



Der Deutsche Rekord im Mannschafts-Fallschirmspringen: Die Schulter-Patientin Anja Linke war auch dabei. Foto: Norman Kent

OP-Methode, die viele Vorteile besitzt“, sagt Eichbichler: Bei der Schlüssellochchirurgie werden kaum Sehnen, Nerven und Weichteile verletzt. Die Vorteile dieser OP-Methode sind eine viel schnellere Heilungszeit und wesentlich geringere Gewebeschäden.

Das gilt auch bei einem Riss oder Anriss der Rotatorenmans-

chette im Schultergelenk, die bei älteren Menschen häufig die Folge eines Sturzes ist: „Wir können die angerissene Sehne im Gelenk wieder annähen“, so Eichbichler.

Anstatt also Schmerzen, Instabilität und die Einschränkung der Beweglichkeit passiv zu erdulden, hilft ein rascher Besuch beim Spezialisten: „Denn eine Entzündung im Schultergelenk sollte man möglichst frühzeitig erkennen und beheben“, rät Eichbichler.

Häufig ist eine solche chronische Entzündung in der Schulter aber auch die Folge eines so genannten Engpasses im Gelenk: „Bei einer Arthroskopie wird der Raum im Gelenk erweitert, damit die Sehne nicht ständig gedrückt wird.“ Auch eine so genannte Kalkschulter, die extrem schmerzhaft ist, lässt sich heute durch einen kleinen Eingriff beheben: „Bei einer Arthroskopie können wir problemlos den Kalk entfernen.“

Michael Backmund



Die Schultern werden nur von Sehnen und Muskeln gehalten.



Das anatomische Modell eines Schultergelenks: Der Oberarmkopf kann sich flexibel in der Gelenkpfanne bewegen. Fotos: M. Schlöther

DIAGNOSE & THERAPIE

Eine sehr erfolgreiche OP-Methode

In Fachkreisen gilt er als einer der erfahrensten Spezialisten für Schulterarthroskopien: Nach seiner Facharzt Ausbildung am Klinikum rechts der Isar und einer 15-monatigen Forschungsarbeit an der renommierten Harvard Universität in Boston (USA)

praktizierte Dr. Alfred Eichbichler viele Jahre als Oberarzt am Klinikum Bogenhausen. Heute leitet er mit Dr. Martin Nolde das Zentrum für Orthopädie im Forum Bogenhausen. Infos und Anmeldung: © 089/99 52 99 92-0 oder www.orthopraxx.de mb

GESUNDHEIT kompakt

► Brauchen wir eine neue Sterbekultur?

Der Tod wird in unserer Gesellschaft immer mehr an die Hochleistungsmedizin verlagert – auch in aussichtslosen Fällen: Der Berliner Rettungsmediziner Dr. Michael de Ridder prangert deshalb das oft unwürdige Sterben in Krankenhäusern an und fordert, das Ende des Lebens menschlicher zu gestalten. Bei der Ringvorlesung „Humanität in der Medizin“ am Klinikum rechts der Isar spricht de Ridder am Mittwoch, 1. Juni, über die „Medizin am Lebensende – vom Sinn und Unsinn der Lebensverlängerung“. Beginn: 18 Uhr, Hörsaal B, Ismaninger Str. 22.

► Nordic Walking im Englischen Garten

Vielen Menschen fällt es schwer, ihre guten Vorsätze zu realisieren und ein Bewegungsprogramm in den Alltag zu integrieren. Diese praktische Umsetzung steht im Mittelpunkt des Vortrags von Dr. Michael Jack am Dienstag, 31. Mai, von 18 bis 19.30 Uhr im Hörsaal Pavillon des Klinikums rechts der Isar (Ismaninger Str. 22, Eingang Einsteinstraße, Eintritt frei). Die Veranstaltung der Reihe „Lebensstil und Gesundheit“ leitet einen Walking-Kurs ein, der ab 9. Juni wöchentlich am Donnerstagabend von 18 bis 19 Uhr im Englischen Garten stattfinden wird.

► Kurs für pflegende Angehörige

Wie werden Kranke richtig im Bett gelagert? Was ist bei der häuslichen Pflege zu beachten? Am nächsten Samstag, 4. Juni, findet von 10 bis 11.30 Uhr im Klinikum Harlaching ein Kurs für Familienmitglieder und ehrenamtliche Helfer statt, die ihre kranken Angehörigen pflegen. Im Seminarraum E 36, Altbau A 1 am Sanatoriumsplatz 2. Weitere Informationen zum kostenlosen Kurs gibt es unter © 089/62 10-22 04. Eine verbindliche Anmeldung ist erforderlich (max. Teilnehmerzahl: 10 Personen).

MONTAG
GESUNDHEIT

DIENSTAG
TIERE

MITTWOCH
MÄNNER & FRAUEN

DONNERSTAG
DIGITALE WELT

FREITAG
KINDER & FAMILIE

SAMSTAG
ESSEN & TRINKEN

JETZT 4 WOCHEN TESTEN!

Täglich frisch alles Wissenswerte aus München

Damit Sie mitreden können! Unser Geschenk für Sie: ein toller Radfahrer für München und Umgebung vom ADAC.



JETZT ZUGREIFEN!
AZ + GESCHENK NUR 15,-€

Jetzt Aktionsabo anfordern unter Hotline 0800 - 2377-333 oder im Internet auf abendzeitung-muenchen.de/abo-service

Abendzeitung