

Schmerzhafte Knorpelschäden im Kniegelenk

Ist der Knorpel in belasteten Gelenken geschädigt und bleibt unbehandelt, sind Schmerzen und Funktionsverlust eine häufige Folge. Zudem kann sich langfristig eine Arthrose entwickeln.

Knorpelschäden oder auch Knorpel-Knochen-Schäden können in jedem Gelenk auftreten, sind jedoch am häufigsten im Kniegelenk zu finden. Die Schädigungen zeigen sich zumeist in Form von Rissen oder Frakturen in dem den Knochen bedeckenden Knorpel. Im Knie kann sowohl der Knorpel des Ober- und Unterschenkels als auch der Kniescheibe betroffen sein. Bei entsprechendem Ausmass stellen unbehandelte Knorpelschäden ein hohes Risiko für die Entwicklung von Arthrosen dar.

Typische Ursachen und Beschwerden

In der Regel entsteht ein akuter Knorpelschaden im Rahmen einer Kniegelenksverletzung insbesondere dann, wenn das Knie verdreht wird. Besonders Sportarten mit Stop-and-Go-Bewegungen können das Risiko für eine sogenannte Distorsion erhöhen. Der genaue Verletzungsmechanismus ist dabei nicht immer bekannt.



Knorpelschaden in der Kniespiegelung (Arthroskopie)

Nachdem der initiale Schmerz und das Unbehagen nach einem Sturz oder einer anderen Verletzung nachgelassen haben, forcieren die Betroffenen in der Regel wieder ihre Intensität. Ist es bereits zu einem Knorpelschaden gekommen, verstärken diese Aktivitäten oftmals wieder den Druck auf die entsprechende Schädigung im Gelenk und führen zu Beschwerden mit einem erneuten Schmerz sowie Schwellungen und/oder Ergüssen. Die betroffenen Patienten verspüren oft einen stumpfen Schmerz, zum Teil auch mit Blockaden oder einem Klickgeräusch. Auch kann ein Instabilitätsgefühl entstehen.

Intensive Diagnostik unerlässlich

Um die Beschwerden exakt diagnostizieren zu können, ist zunächst die klinische Untersuchung wichtig. Sie kann eine Schwellung, Schmerzhaftigkeit, Bewegungseinschränkung oder Instabilität aufzeigen. In der Regel werden zunächst Röntgenbilder angefertigt. Für die Diagnose einer Knorpelverletzung sind dann oftmals weitere Untersuchungen mittels Magnetresonanztomografie notwendig. Dennoch kann die Diagnosestellung des Knorpelschadens häufig sehr anspruchsvoll sein. Gerade zum Zeitpunkt des Unfalls ist der Knorpelschaden nicht immer sofort in der Bildgebung sichtbar und in der körperlichen Untersuchung können Weichteilbegleitverletzungen an Meniskus, Bändern, Muskeln und Sehnen die Beschwerden überlagern.

Therapeutische Massnahmen

Im Vordergrund sollte primär immer die konservative Therapie ohne Operation stehen. Entlastungen

des betroffenen Gelenks kombiniert mit unterstützender medikamentöser Behandlung und Physiotherapie können die Symptome oftmals lindern. In der Rennbahnklinik steht uns eine Vielzahl von verschiedenen physiotherapeutischen Behandlungen zur Verfügung. Sowohl spezielle Massageformen als auch gezielte manuelle Physiotherapie und moderne Trainingsplanung sind möglich.

Sollte hiermit keine zufriedenstellende Besserung erzielt werden, ist in einigen Fällen eine operative Behandlung vonnöten. Zusammen mit dem behandelnden Arzt wird ein optimales Operationsverfahren erstellt.

Transplantation von Knorpelzellen

Nach einer arthroskopischen Beurteilung des Knorpelschadens werden die defekten Knorpelanteile entfernt. Ist der Schaden klein, kann eine sogenannte Mikrofrakturierung durchgeführt werden. Das Besondere daran: Mithilfe einer Knochenmarkstimulation wird eine Ersatzknorpelbildung in dem geschädigten Bereich verursacht.

Bei grösseren Schäden stehen uns verschiedene Knorpelersatzverfahren zur Verfügung, entweder durch Verwendung von Knorpelzellmembranen oder durch eine Knorpelzelltransplantation. Die Rennbahnklinik ist eines der wenigen Zentren in der Schweiz, die für die Knorpelzelltransplantation zertifiziert ist.

Doch nicht nur das: Mithilfe von Sportphysiotherapie, einer der Schwerpunkte unseres Spitals, sind wir in der Lage, die Patienten nach einer Operation Schritt für Schritt in den Alltag und in die sportliche Aktivität zurückzuführen. Unsere Therapeuten gehen dabei sehr individuell

ZUM UNTERNEHMEN



Praxisklinik Rennbahn AG

T. +41 (0)61 465 64 64

www.rennbahnklinik.ch

Die Rennbahnklinik in Muttenz ist die erste Sportklinik der Schweiz. Seit über 35 Jahren ist sie auf eine umfassende und spezialisierte Betreuung von Patienten aus dem Breiten- und Spitzensport ausgerichtet.



Antischwerkraft-Laufband „AlterG®“

auf die Patienten, ihre Krankengeschichte und Genesungsfortschritte ein. Da insbesondere bei knorpelchirurgischen Eingriffen kein Fall dem anderen gleicht, ist für den Erfolg der Therapie eine enge Zusammenarbeit zwischen Arzt, Physiotherapeut und Patient immens wichtig.

ZU DEN AUTOREN

Dr. med. Gerrit Behrens (Stv. Oberarzt)
PD Dr. med. Jochen Paul (Leitender Oberarzt)
Ester Aeschbach (Leitung Physiotherapie)
Dr. med. Frank Denzler (Chefarzt)