

Arthrose (Gelenkverschleiß)

Arthrose ist definiert als ein zunehmender, in der Regel altersabhängiger Knorpelabrieb der Gelenke des Körpers. Der Knorpelabrieb kann schleichend erfolgen (latente Arthrose) oder in eine schmerzhafte Erkrankung übergehen (aktivierte Arthrose).

Die Kennzeichen sind Schmerzen - insbesondere beim Anlaufen, Schwellung, Überwärmung (Steifigkeitsgefühl) und eventuell Flüssigkeitsansammlung im Gelenk (Erguss).

In fortgeschrittenen Fällen greift die Arthrose auf die Gelenkschleimhaut, die Gelenkkapsel, die Muskulatur und den Knochen über. Die Arthrose kann dann zur Zerstörung des Gelenkes führen (Arthrosis deformans). In diesem Zustand ist häufig die letzte Möglichkeit die operative Versteifung oder der Einbau eines künstlichen Gelenkes. Tritt Arthrose an vielen Gelenken gleichzeitig auf, spricht man von einer Polyarthrose.

Jeder Mensch kann früher oder später von Arthrose betroffen sein. Der Knorpel unterliegt als biologisches Gewebe dem natürlichen Verschleiß im Laufe des Lebens. In der Regel beginnt das Leiden schleichend nach dem 50. Lebensjahr, kann aber auch früher und in Schüben auftreten.

Insbesondere in der Jugend abgelaufene Gelenkschäden (Morbus Perthes, Osteochondrosis dissecans, Epiphyseolysis capitis femoris und Unfallfolgen mit Fehlstellungen) kann es bereits in jungen Jahren zu einem frühzeitigen Gelenkverschleiß kommen.

Am häufigsten sind Veränderungen an den großen tragenden Gelenken zu finden (Hüftgelenk (Coxarthrose), Kniegelenk (Gonarthrose)).

Die Arthrose entwickelt sich meist ohne erkennbare Ursache. Der Knorpelabrieb ist hier vor allem von genetischen Einflussfaktoren bestimmt. Der Gelenkknorpel hat keine Blutgefäße. Er wird von der Gelenkflüssigkeit ernährt, diese wiederum von den Gefäßen des Knochens. Hierdurch erklärt sich die schlechte Heilungstendenz des Knorpels bei Verletzungen. Durch regelmäßige Gelenkbewegungen möglichst ohne große Spitzenbelastungen wird der Knorpel ernährt.

In leichten und mittleren Fällen von Arthrose ist eine adäquate Bewegungstherapie sogar Voraussetzung für eine gute Gelenkfunktion und wichtigster Bestandteil der Therapie.

Wichtige Arthrosearten:

- Gonarthrose (Kniegelenkverschleiß)
- Coxarthrose (Hüftgelenkverschleiß)
- Omarthrose (Schultergelenkverschleiß)
- Akromioklavikulargelenkarthrose (Schulterreckgelenkverschleiß)
- Spondylarthrose (Verschleiß der Wirbelgelenke)
- Herbedenarthrose (Arthrose der Fingerendgelenke)
- Bouchard-Arthrose (Arthrose der Fingermittelgelenke)
- Rhizarthrose (Daumensattelgelenkarthrose)
- Hallux rigidus (Arthrose des Großzehengrundgelenkes)
- Hallux valgus (Fehlstellung des Großzehengrundgelenkes - häufig mit dadurch bedingter Arthrose)
- Kubitalarthrose (Arthrose des Ellenbogengelenkes)

Gerne beraten wir Sie, über präventive, diagnostische oder therapeutische Verfahren.