Ganglion (Überbein)

Definition: Gutartige, prallelastische unter der Haut gelegene Weichteilschwellungen mit Verbindung zum darunter liegenden Gelenk oder zur Sehnenscheide gefüllt mit klarer Flüssigkeit (hauptsächlich Hyaluronsäure). Am häufigsten im Bereich des Handgelenkes, z.T. auch im Bereich der Finger. Altersgipfel: 20 bis 30 Jahre. Die Ursache ist nicht völlig geklärt (Trauma? Überlastung?).

Konservative Verfahren: Keine Therapie bei fehlenden Beschwerden, da ca. ein Drittel der handrückenseitigen Ganglion wieder spontan verschwinden. Muskuläre Kräftigungsübungen bei geringen oder fehlenden Beschwerden. Eventuell Ruhigstellung auf einer Schiene, Zerdrücken des Ganglion oder Stichelung mit Kanüle, eventuell mit Infiltration. Bei großem Ganglion oder erheblichen Beschwerden auch Operation. Gefahr: Erneuter Ausbildung eines Ganglion.