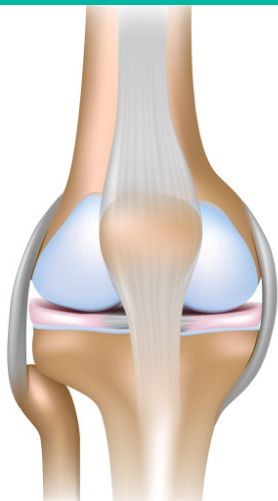


Vorsorgen +++ Fit werden und bleiben +++ Informiert sein +++ Rechtzeitig handeln



Sportunfälle, chronische Überlastung oder altersbedingte Abnutzung können unsere Menisken außer Gefecht setzen. „Wichtig ist die rasche Abklärung durch den Orthopäden, damit Folgeschäden wie Gelenkverschleiß vermieden werden können“, betont Dr. Peter Baum, ärztlicher Direktor der Gelenk-Klinik Gundelfingen. Stechende Schmerzen beim Aufstehen aus der Hocke oder nach einer Drehbewegung deuten auf eine Meniskusverletzung hin. Lässt sich das Knie kaum noch strecken oder beugen, so ist die Diagnose ziemlich sicher. Abgesichert wird sie durch eine Kernspintomografie. Anhand eines MRT-Bildes erkennt der Facharzt genau, ob ein Meniskusriss vorliegt und in welchem Ausmaß. Letzteres ist für die Therapie wichtig, das heißt für die Frage, ob eine OP erforderlich ist.

Die Aufgaben der Menisken

Die halbmondförmigen Innen- und Außenmenisken liegen wie elastische Scheiben zwischen Schienbeinkopf und Oberschenkelrolle. Ihre Aufgaben sind vielfältig: Als Stoßdämpfer zwischen den Gleitflächen des Kniegelenks verhindern sie, dass die Knorpelflächen beim Rennen, Springen oder beim Tragen schwerer Lasten aufeinanderprallen. „Ohne Menisken wäre der Druck auf die Gelenke bis zu sechsmal größer“, so Orthopäde Dr. Baum. Eine weitere wichtige Funktion ist die „Gelenkschmierung“



Dr. Peter Baum zeigt der Patientin den Meniskusriss auf dem Bildschirm

Meniskusriss - welche Therapien gibt es?

Oft genügt eine falsche Bewegung – und es ist geschehen: Starke Schmerzen im Knie deuten auf eine Meniskusverletzung hin. Sie kann in jedem Alter auftreten

zum Schutz der empfindlichen Knorpelschicht zwischen Ober- und Unterschenkel.



Bei verschleißbedingten Meniskusschäden ist eine OP nötig

OP ist nicht immer nötig

Meniskus-Schäden sind einer der häufigsten Gründe für eine OP. Ob sie in dieser Häufigkeit nötig sind, ist umstritten. Sicher ist: „Nicht immer muss ein Meniskusriss operiert werden“, betont Dr. Baum. „In manchen Fällen bestehen gute Chancen auf eine Selbstheilung. Aber das hängt in erster Linie von der Art des Risses, dem Alter des Betroffenen und dem Zustand des Gewebes ab.“ Vor allem junge Patienten haben hervorragende Chancen, dass sich ein Riss wieder vollständig von selbst schließt. „Außerdem bestehen gute Heilungsaussichten

bei Meniskusrissen in der Nähe der Kapsel, da hier die Durchblutung besser ist“, erläutert Dr. Baum. „Schlechter sieht es bei verschleißbedingten Veränderungen aus“, so der Spezialist. „Da hier so gut wie keine Aussicht auf Selbstheilung besteht, bleibt nur die OP.“ Sonst drohen irreparable Knorpelschäden wie Arthrose. Auch bei ausgeprägten Schäden hat der Erhalt möglichst großer Teile des Meniskus heute oberste Priorität. Je weniger funktionsfähiges Meniskusgewebe entfernt wird, desto besser ist auch weiterhin ihre Stoßdämpferfunktion. Um beschädigte Teile des Meniskus zu entfernen und Risse zu nähern, bedient sich der Orthopäde der minimalinvasiven Gelenkspiegelung. Bei frischen Rissen, vor allem im kapselnahen Bereich, hat sie eine Meniskus erhaltende Naht hervorragend bewährt.