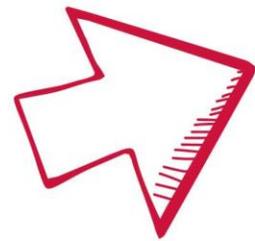


MEDIZIN IM DIALOG



virtuell



Konservative und alternative Behandlung bei Arthrose:

**Es muss nicht immer gleich eine
Operation sein...**

**Prof. Dr. med. Dr. med. habil. St. Rehart
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie
AGAPLESION MARKUS KRANKENHAUS Frankfurt a. M.**

Gliederung

- **Degenerative Arthrose**
 - **Pathophysiologie**
 - **Diagnostik**
- **Konservative Therapie**
 - **Operative Therapie**
 - **Fazit**

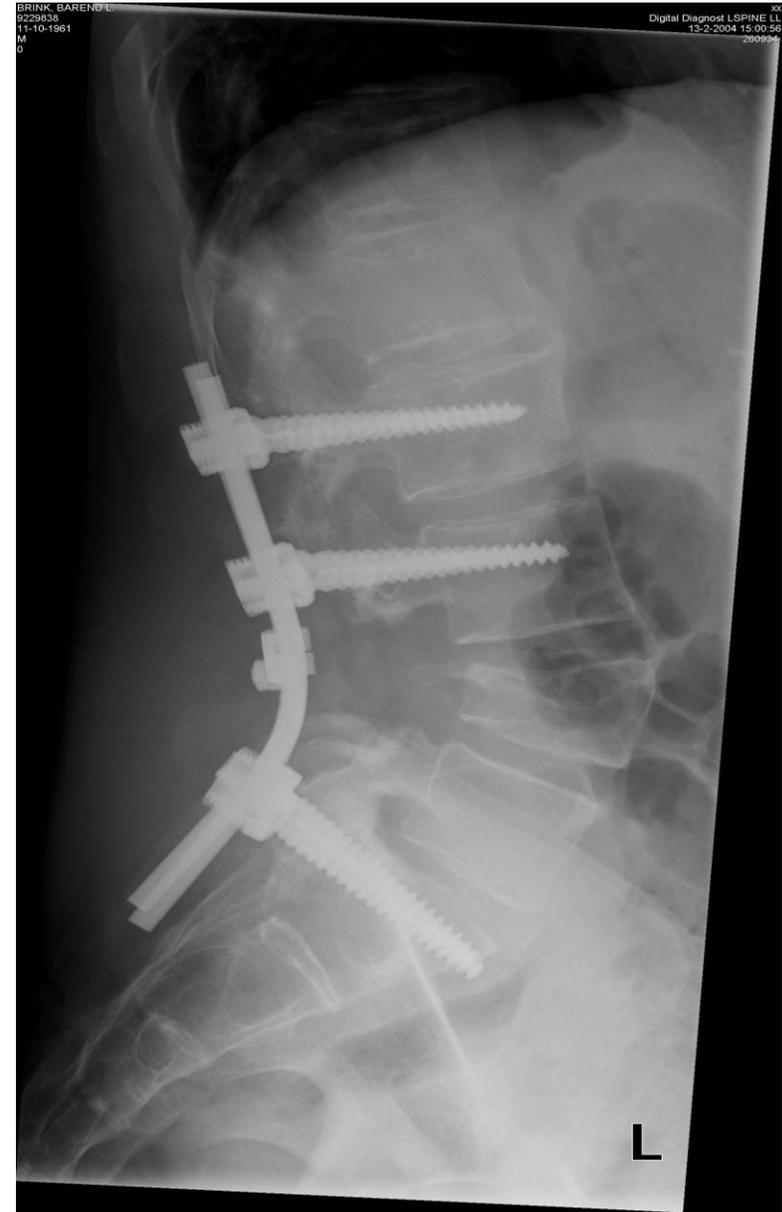


Frage:

**Warum
referiert ein
OPERATEUR über
alternative Therapie
an den Gelenken?**

Antwort:

- Weil eine OP oft nicht (sofort) nötig ist
- Um unnötiges Leid zu vermeiden
- Es gibt noch andere Behandlungen!



DRG-System:

Bezahlung für OPs

***kaum* für**

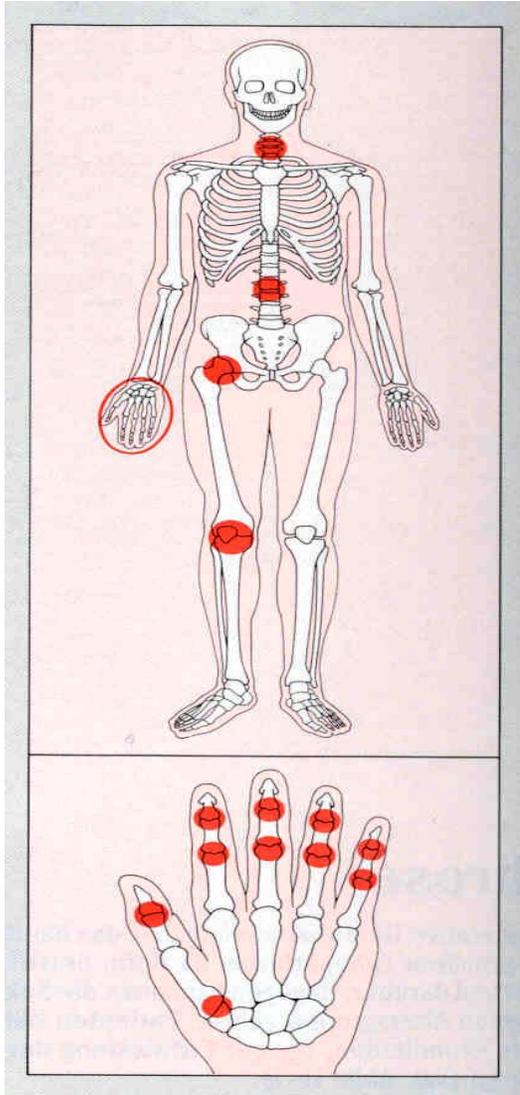
**konservative
Therapie...**

Gibt es Operations-Vermeidungsstrategien??

Auguste Rodin: Der Denker

Degenerative Gelenkerkrankung

Arthrose (Engl. = Osteoarthritis)



Pathophysiologie

Definitionen

- Gelenkbeteiligung mit Defekten am Knorpel
und darunter liegendem Knochen / Gelenkanbauten
- Veränderte Gelenkflüssigkeit Knorpel, Schleimhaut, Kapsel, Bänder, Knochen
 - Stummer / symptomatischer Verlauf
 - Häufigster Befall:
Hände, Wirbelsäule, Knie, Hüften

Pathophysiologie

Arthrose

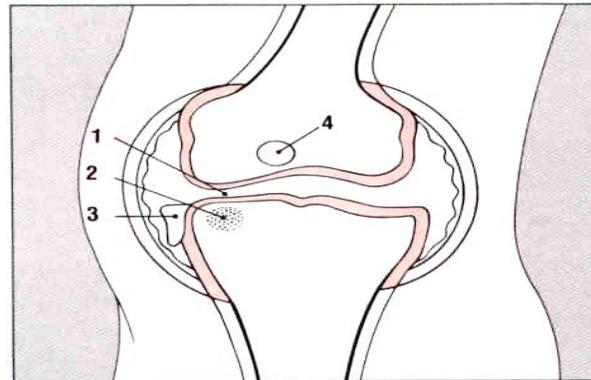
- Lokale Erkrankung
- Meist nur wenige Gelenke
 - Keine inneren Organe
 - Zielzelle: Knorpelzelle
- Nur in Aktivierung: Entzündung
 - Typisch: Einsteifung
- **Negativer Einfluss: Rauchen**

Knorpel

- **Kompressionsfähigkeit und Elastizität**
- **Alterung: Verminderte Reparaturfähigkeit**
- **Chondrocyten-Zelltod: Keine *Nachbildung*...**

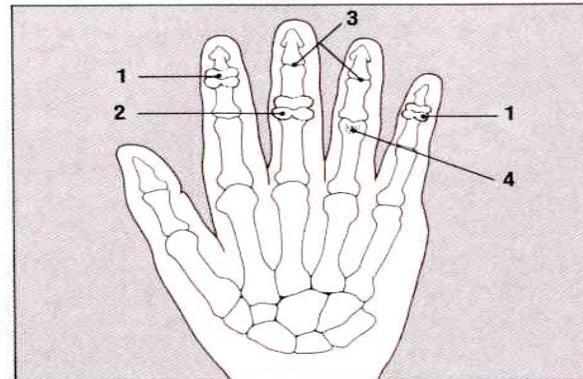
Morphologie

Große Gelenke



- 1 umschriebene Gelenkspaltverschmälerung
- 2 subchondrale Sklerosierung
- 3 Osteophyten
- 4 Zyste oder Pseudozyste

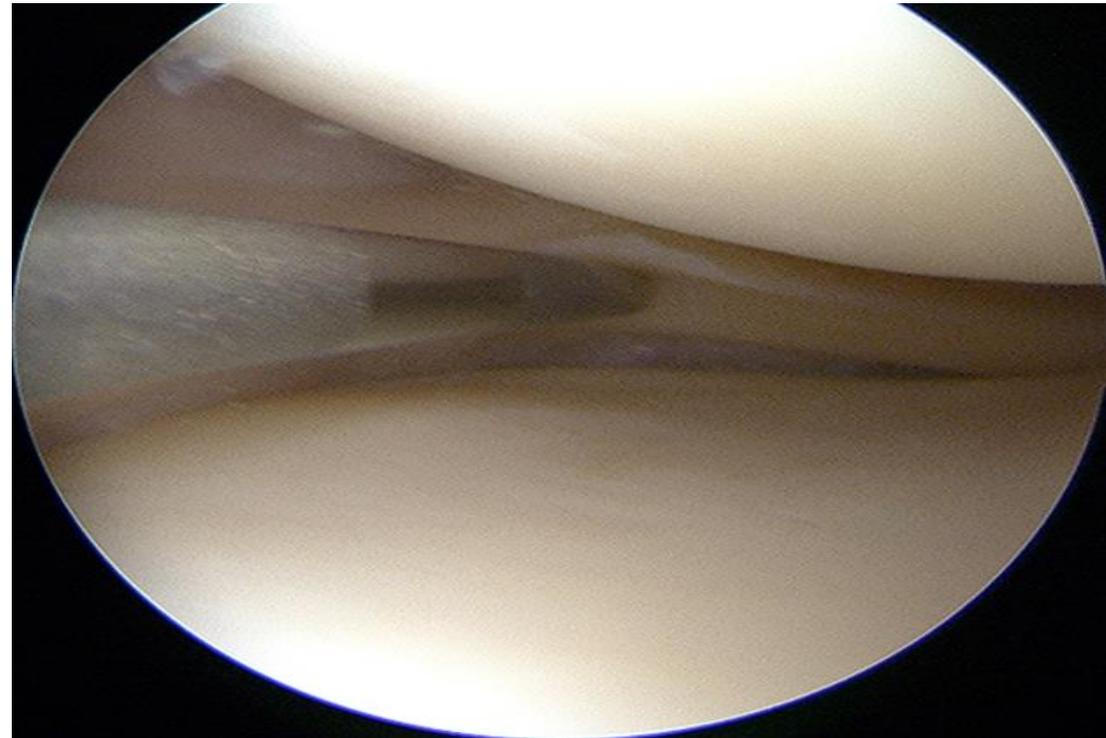
Kleine Gelenke



- 1 Herberden-Knötchen
- 2 Bouchard-Knötchen
- 3 Gelenkspaltverschmälerung
- 4 subchondrale Sklerose

ICRS Grad 0

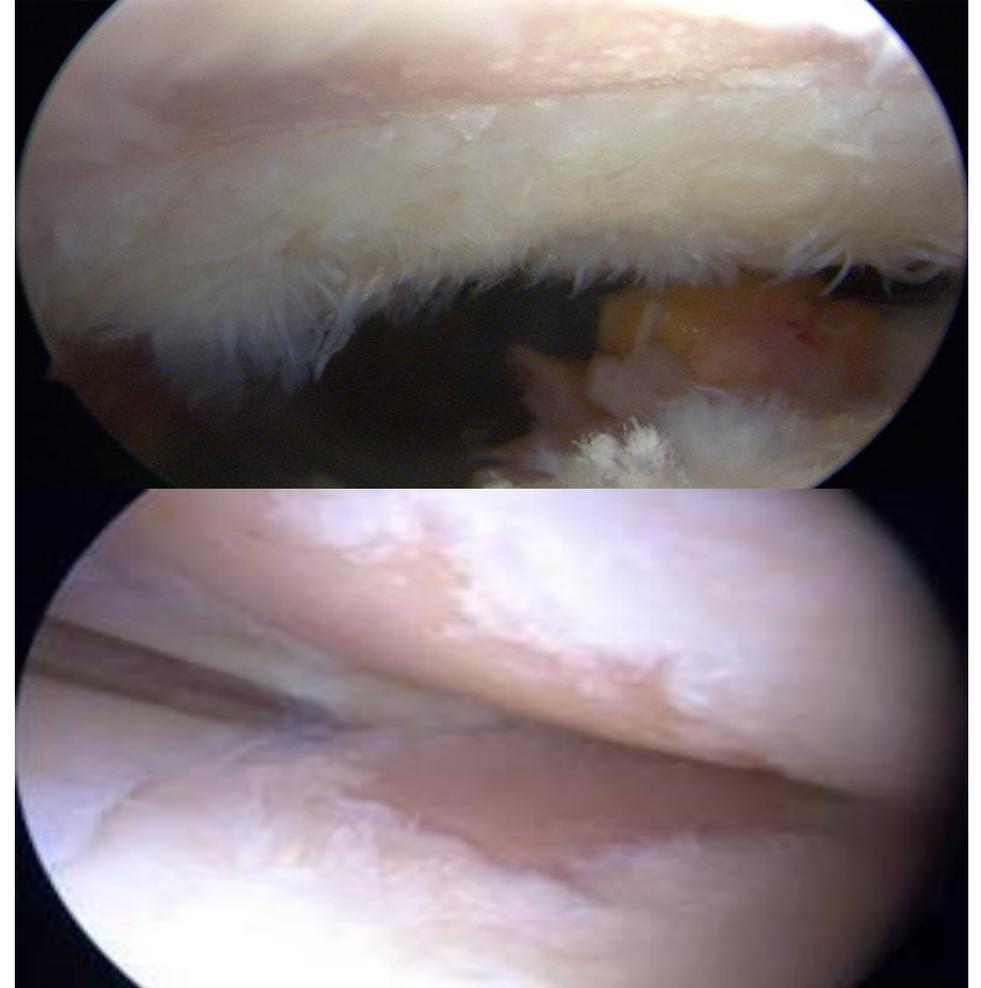
Keine erkennbaren Defekte



Orth/UCh Markus-KH Frankfurt

ICRS Grad 4

**A/B: vollständige Knorpelläsion mit
Durchbruch der subchondralen Platte**



Orth/UCh Markus-KH Frankfurt

Arthrose / aktivierte Arthrose

Latente Arthrose



Aktivierte Arthrose



Situativ

Anlaufschmerzen

Gelenkknirschen

Ca. 11 Mio. Betroffene

Synovialitis!



Beweg.- u. Ruheschmerzen

Ergussbildung

Funktionsverlust

Ca. 5. Mio. Betroffene

Primäre Arthrose: Altersbedingter Verschleiß



Posttraumatische Arthrose: Nicht verheilte Kahnbeinbruch



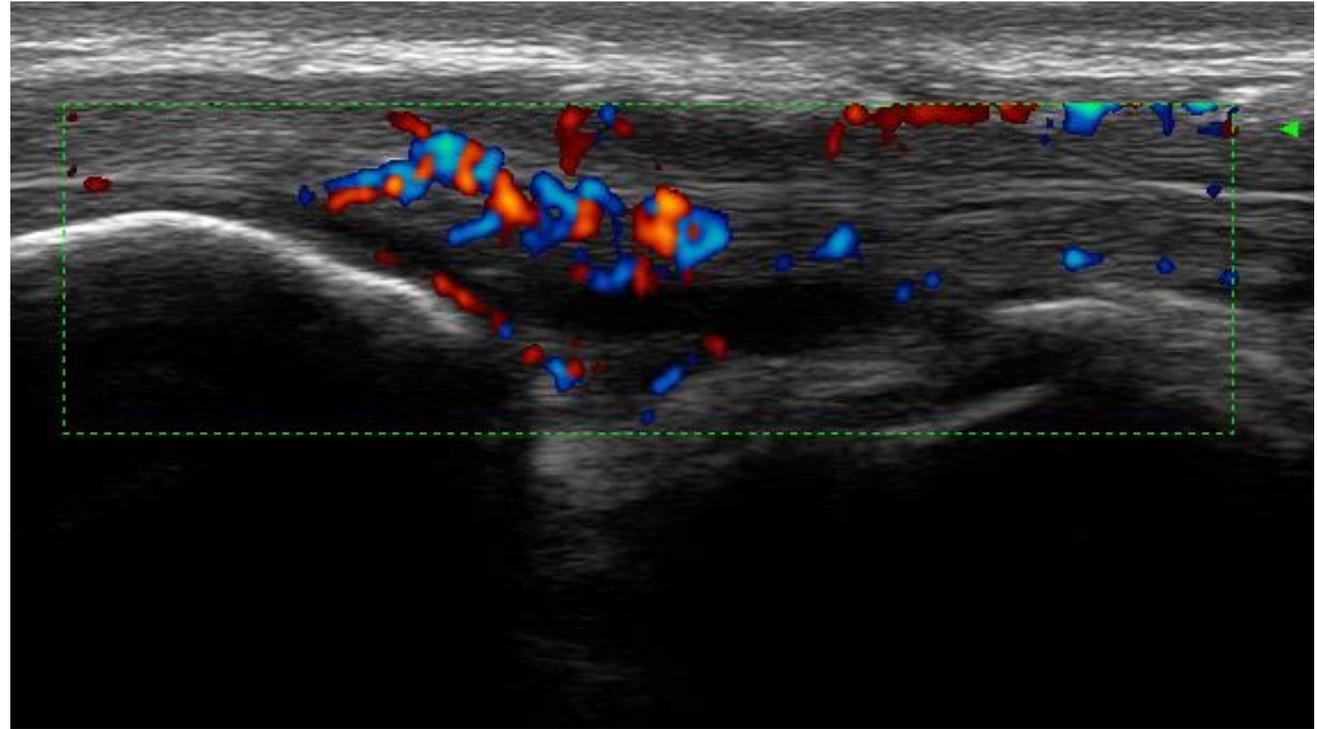
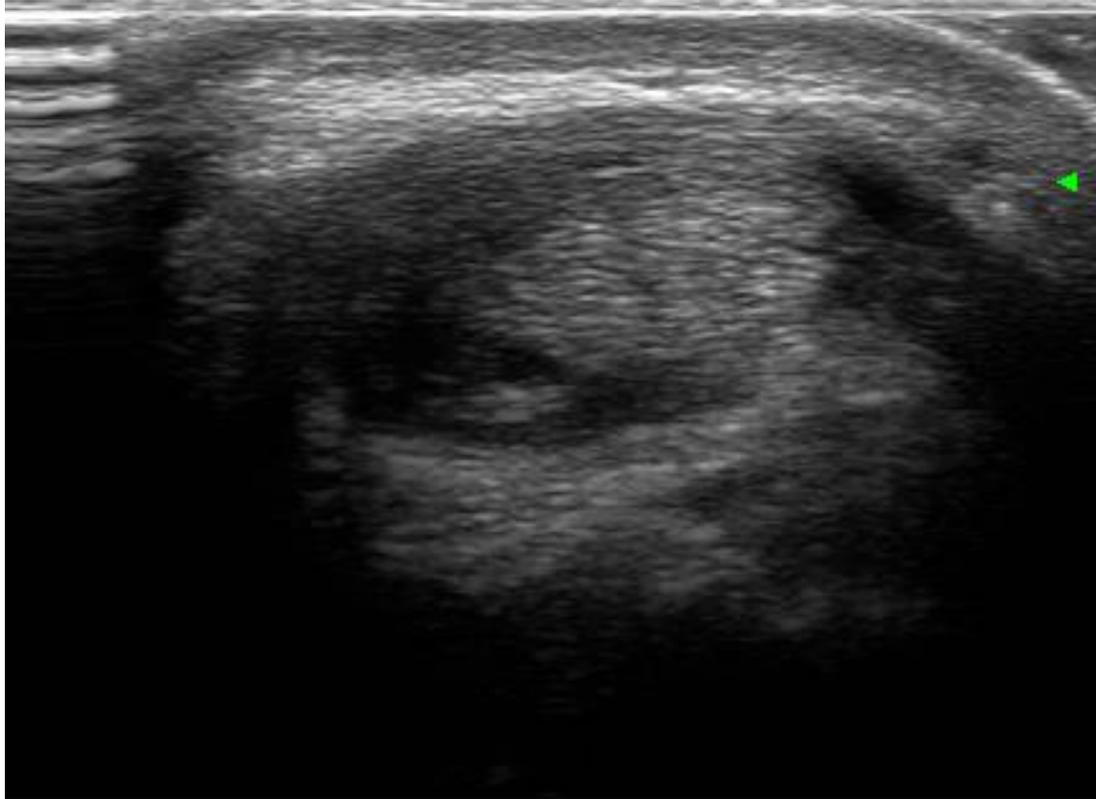
Posttraumatische Arthrose: Nicht erkannte Bandverletzung



Arthrose Diagnostik

- **Anamnese**
- **Körperliche Untersuchung**
 - **Labor**
 - **Ultraschall**
 - **Röntgen**

Bildgebung Weichteile: **Ultraschall**



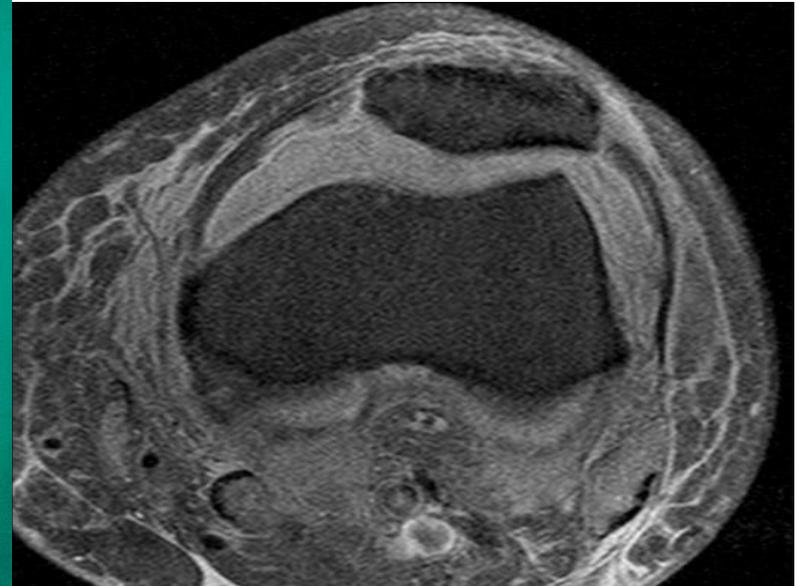
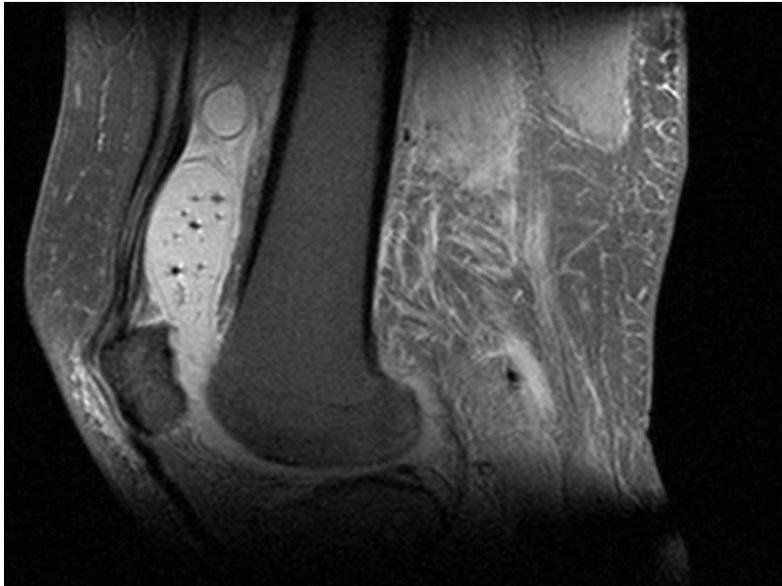
Entzündung

Bildgebung Knochen: **Röntgen**

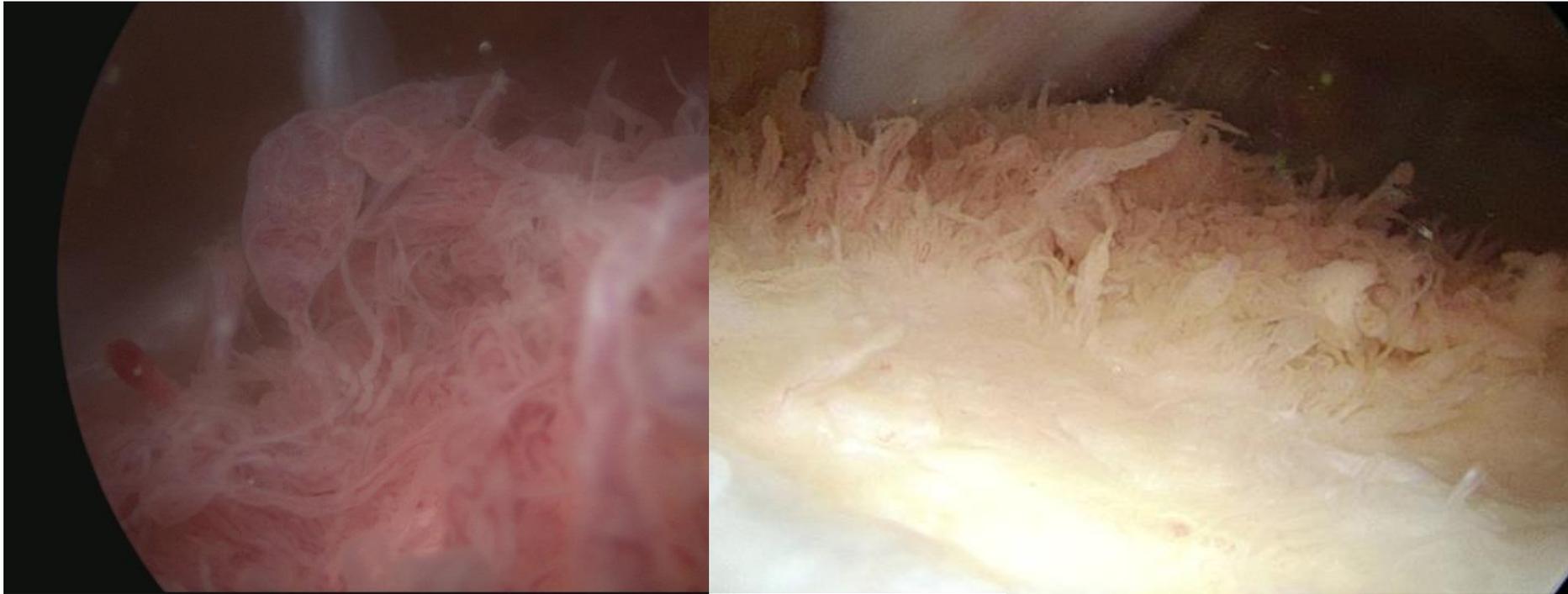


Einteilung nach Kellgren-Lawrence Stadium 0 - 4

Leitsymptom „Gelenkerguss“



Leitsymptom „Gelenkerguss“



Arthrose Therapie

Medikamentöse Therapie

Konservative Therapie:

Physiotherapie, Ergotherapie,
Physikalische Therapie,
Orthopädietechnik,
Röntgenreizbestrahlung

„Arthrose“-Patient“

Operative Therapie

**Psychologische Betreuung,
Sozialmedizinische Beratung,
Selbsthilfe**

Symptomatische Arthrosetherapie

Multimodales Konzept

Krankengymnastik / Ergotherapie

Orthopädietechnik

Sozialmedizin

Psychologie / Selbsthilfegruppen

Physikalische Therapie / **Alternative Verfahren**

Stromtherapie / Akupunktur

Medikamente

Röntgenreizbestrahlung

Gelenk-Infiltrationen

Spiegelungen

Endoprothesen (Versteifungen)

Symptomatische Arthrotherapie

Multimodales Konzept

Krankengymnastik:

Balancierung der Muskulatur

Stärkung der Muskelmasse

Mineralisierung der Knochen



Symptomatische Arthrosetherapie

Multimodales Konzept

Ergotherapie

Gelenkschutz

Schienenbehandlung

Hilfsmittel



Symptomatische Arthrosetherapie

Multimodales Konzept

Orthopädietechnik



Orth/UCh Markus-KH Frankfurt

Symptomatische Arthrotherapie

Multimodales Konzept

Sozialmedizin: Arbeitsplatzadaptation / Berentung

Psychologie: Schmerzmodulation / Depression

Selbsthilfegruppen (Rheumaliga)

Gelenk-Infiltrationen: NaCl / LA / Cortison / (HA)

Symptomatische Arthrotherapie

Altbekannte Therapiekonzepte!!

Salben

„Fritz“-Gehstock

Akupunktur

Heilerde

Moor

Franzbranntwein

Relative Schonung

Kur

„Sich auch mal etwas gönnen!“

Symptomatische Arthrotherapie

Gelenkpunktion: Entlastung / Infiltration

Synovia-Analyse:

Abstrich

Kristalle?

Rhagozyten?

Symptomatische Arthrosetherapie Medikamente

Schmerztherapie nach dem WHO-Schema

Nicht-Opioid-Analgetika: t-NSAR / Coxibe

**Starke Schmerzen: Zusätzlich *schwache* Opioiden
(Codein, Tramadol, Tilidin)**

Ggf. zusätzlich *starke* Opioiden (Morphine)

Symptomatische Schmerztherapie

FAZIT

- Konservativer multimodaler Ansatz**
- Medikamentöse Therapie mit t-NSAR**
Vorsicht: NW unter Langzeittherapie

Therapieresistenz:
Wechsel von t-NSAR auf Coxib!!

Opioide als *letzte* Interventionsmöglichkeit!

Gelenkentzündung bei aktivierter Arthrose

Intraartikuläre Cortison-Injektion



Schnell wirksam

**Lokal an
einzelnen entzündeten
Gelenken**

Fr. Dr. B. Rogalski, KJR

Orth/UCh Markus-KH Frankfurt

Wie vermeiden Sie eine Operation an den Gelenken?

Prophylaxe!

Gesund ernähren

Moderater Ausdauersport

Schadstoffe *meiden*

(Rauchen / Alkohol / Übergewicht)

Rechtzeitige konservative Therapie

Seriösen Orthopäden wählen...

Müssen Operationen vermieden werden?

NEIN! Aber: Wenn, dann am richtigen Punkt!

Therapie Schmerz + Entzündung

Konservativ

Ø belastbare Evidenz:

Nahrungsergänzung

Infiltration mit Hyaluronsäure!

Wie vermeiden Sie eine Operation an den Gelenken?

Dubios:

- **Mit Not und Hoffnung der Patienten „spielen“**
- **Systematisches Angebot, das IHR Geld kostet**
- **Ganz schnelle OP-Terminvereinbarung...**

Fazit

Arthrotische Gelenkzerstörung

- **Konservativer multimodaler Ansatz
- inklusive Osteoporosetherapie -**
- **Bewegung / Sport / Gewichtsreduktion**
 - **Medikamentöse Therapie**
 - **Operation**

Enge Absprache Arzt / Patient

Fazit & Weisheiten

Arthrose

- **Alles, was IHR Geld kostet, bitte kritisch hinterfragen**
- **Infiltrationen in Gelenke („durch die Haut“) = Infektionsträchtig!**
- **„Studien“ oft pseudowissenschaftlich, dubiose Journale (Firmen?)**
- **Ernährung ist nie kurativ. Sinnvoll: Mediterrane Kost / Normalgewicht**
- **Der *Glaube* und der Berg. Suggestive Elemente der Werbung *erkennen***
- **IGEL-Leistungen: Nicht umsonst keine Kassenleistung!!**

Fazit & Weisheiten

Arthrose

- **Sinnvoll und kostenlos aber unspektakulär: Gesund ernähren, kein Rauchen, wenig Alkohol, Sport und Bewegung, draußen sein**
- **Misstrauen bei vollmundigen Versprechungen + hohen persönlichen Zahlungen. Bunte Werbung = geringe Wirkung**
- **Schmerz, Angst, Sorge, Hoffnung: Schlechte Ratgeber für Betroffene...**
- **Rat: Erst Diagnose durch Schulmediziner, dann ggf. Alternativangebote**
- **Gutes tun und Schlechtes lassen 😊**

**Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie
AGAPLESION Markus-Krankenhaus**

**Wir operieren wirklich gerne, aber:
Nur, wenn die Lebensqualität so niedrig ist, dass
eine Operation auch eine hohe Erfolgschance hat!**



**Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie
AGAPLESION Markus-Krankenhaus**

AOK-Zweitmeinung: Prof. Dr. Dr. Rehart

**Haben Sie Fragen zu der Behandlung
Ihrer Gelenkschmerzen??**

**WIR SIND GERNE FÜR SIE DA
und beraten Sie neutral und objektiv!!**

**Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie
AGAPLESION Markus-Krankenhaus**

Sprechstunden:

**Wirbelsäule / Schulter / Ellenbogen / Hände /
Hüften / Knie / Füße / Arthrose / Rheuma /
Gelenkschmerzen**

Tel. Vereinbarung:

**Kostenlose hotline: 0-800-1-MARKUS / 0-800-1-
627587**

Fr. Jendrossek: 069-9533-2225

E-mail: Orth/UCh@fdk.info

www.fdk.info

Orth/UCh Markus-KH Frankfurt

**Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie
AGAPLESION Markus-Krankenhaus**

**Video-Sprechstunden-Termin Prof. Dr. Dr. Rehart
buchbar unter:**



<https://agaplesion.patientus.de/arzt/profil/fc5e0a0f-5eed-4/stefan-rehart>

DANKE SCHÖN!!

Orth/UCh Markus KH Frankfurt



**Past-Präsident
(2010 – 2016)**

**Deutsche Gesellschaft für
Orthopädische Rheumatologie**

**Prof. Dr. med. Dr. med. habil.
St. Rehart**

Rehart@fdk.info

Orth/UCh Markus KH Frankfurt