

08. Oktober 2019

Patiententag auf dem DKOU: Was Arthrose-Patienten wissen sollten

Arthrose ist die häufigste Erkrankung der Gelenke. Ihre Häufigkeit nimmt mit dem Alter zu. Im 6. Lebensjahrzehnt weist nahezu jeder Fünfte im Röntgenbild eine Knie- oder Hüftgelenksarthrose auf. Doch nur 20 bis 30 % dieser Patienten haben zu diesem Zeitpunkt bereits Beschwerden. Die kürzlich aktualisierte Leitlinie Hüftarthrose zeigt auf, wann und wie Patienten mit und ohne Symptome behandelt werden sollten und was sie selbst zu einer gelungenen Therapie beitragen können. Auf dem Patiententag des Deutschen Kongresses für Orthopädie und Unfallchirurgie (DKOU) am 24. Oktober 2019 in Berlin stellen Experten diese sowie die ebenfalls aktualisierte Leitlinie zur operativen Behandlung der Kniearthrose vor. Patienten erhalten hier auch Tipps, wie ein Gelenkersatz hinausgezögert oder verhindert werden kann und wie sie sich vor Protheseninfektionen schützen können. Eine Anmeldung zum Patiententag ist ab sofort möglich.

Mit rund 34 Milliarden Euro verursachten muskuloskeletale Erkrankungen die vierthöchsten Kosten im deutschen Gesundheitssystem. „Jeder vierte Euro davon entfällt auf die Behandlung der Arthrose“, sagt Professor Dr. med. Paul Grützner, der dem DKOU 2019 als Kongresspräsident für die Deutsche Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie (DGOU) vorsteht. Dieser fortschreitende Gelenkverschleiß findet meist an Hüfte und Knien statt. „Wir gehen davon aus, dass sich die Zahl der Patienten mit Knochen- und Gelenkerkrankungen in den kommenden 20 Jahren verdoppelt“, führt Professor Dr. med. Wolfgang Rüter, Vizepräsident der DGOU-Sektion „Deutsche Gesellschaft für Orthopädische Rheumatologie (DGORh)“ und ehemaliger Direktor der Orthopädischen Klinik am Universitätsklinikum Hamburg Eppendorf, aus.

Therapie und Selbstmanagement bei beginnender Arthrose

Eine beginnende Arthrose zeigt sich durch Anlauf-, Ermüdungs- und Belastungsschmerz. „Wenn diese Schmerzen anhalten, sollte der Betroffene unbedingt einen Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie aufsuchen“, empfiehlt Professor Dr. med. Georg Matziolis, Ärztlicher Direktor des Deutschen Zentrums für Orthopädie der Waldkliniken Eisenberg und Autor der kürzlich aktualisierten Leitlinie Hüftarthrose (Coxarthrose).

In der Frühdiagnostik kann der Patient selbst noch sehr viel tun, um eine Arthrose mild verlaufen zu lassen und einen drohenden Gelenkersatz abzuwenden. „Übergewicht ist ein entscheidender Risikofaktor für die Entwicklung der Knie- und Hüftarthrose“, erklärt Matziolis. Daher sei eine Gewichtabnahme in Verbindung mit Sport für übergewichtige Patienten empfehlenswert. Um eine möglichst effektive Therapie zu gewährleisten, empfiehlt die Leitlinie ein individuell gestaltetes Selbstmanagement-Programm als Therapiebestandteil. Den Patienten sollen dabei Techniken und Fähigkeiten nähergebracht werden, die sie brauchen, um besser mit der Arthrose im Alltag, Sport und Beruf umzugehen.

Insbesondere Patienten mit Diabetes mellitus, Übergewicht und Herzinsuffizienz sollten für die Symptome von Arthrose sensibilisiert sein. Aber auch Patienten, die bereits eine Vorerkrankung an der Hüfte vorweisen, etwa eine Hüftdysplasie, oder an Arthritis leiden, haben ein erhöhtes Erkrankungsrisiko. „Darüber hinaus sind natürlich Personen gefährdet, die beruflich schweren Körperbelastungen ausgesetzt sind oder Fehlstellungen aufweisen, etwa X- oder O-Beine“, erklärt Matziolis.

Gelenkprothese – Ab wann ist der Eingriff sinnvoll?

Helfen Lebensstilveränderungen, Medikamente und konservative Therapien nicht mehr, müssen Patienten auf ein Kunstgelenk zurückgreifen. „Eine Gelenkprothese ist ein großer Schritt – und kein banaler Eingriff. Daher muss die Entscheidung, wann ein Gelenkersatz stattfinden sollte, interdisziplinär und mit intensiver Beteiligung des

Patienten stattfinden“, betont Professor Dr. med. habil. Klaus-Peter Günther, Geschäftsführender Direktor des UniversitätsCentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie der TU Dresden.

Auf dem Patiententag des DKOU am 24. Oktober 2019 in Berlin erklärt Professor Matziolis, wie die Hüftgelenkarthrose entsteht, welche Patienten betroffen sind und welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt. Dort klärt Professor Günther auch darüber auf, wann ein Kunstgelenk nötig wird und worauf Patienten bei der Entscheidung zu einem künstlichen Gelenk achten sollten. Zudem erfahren Patienten Neuigkeiten zur operativen Behandlung der Kniearthrose und wie sie sich vor Infektionen ihres Implantats schützen können.

DKOU - Deutscher Kongress für Orthopädie und Unfallchirurgie