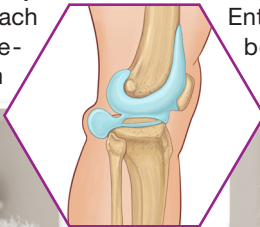


Herr Doktor, was hilft bei einer Baker-Zyste am Knie?

Dass sich Zysten an Nieren oder Eierstöcken bilden können, ist bekannt. Aber am Knie? Was sich dahinter verbirgt, weiß unser Experte Michael Päckert, Orthopäde und Unfallchirurg aus Großwallstadt und Mitglied im Deutschen Orthopädie Netzwerk (DON).

Warum kann auch das Knie betroffen sein?

„Reichert sich mit der Zeit zu viel Gelenkflüssigkeit im Knie an, kann es in der Gelenkkapsel zu einer Ausbuchtung kommen. Und zwar an jener Stelle, die am wenigsten stabil ist. Typisch ist dann ein ungewöhnlicher, schmerzender und auch tastbarer Knubbel in der Kniekehle (siehe rechts). Ärzte bezeichnen das als Baker-Zyste, benannt nach ihrem Entdecker, dem



britischen Arzt William Baker (1839–1896). Nimmt der Druck im Kniegelenk immer weiter zu, zum Beispiel wegen einer Entzündung oder aufgrund von Arthrose, vergrößert sich die Baker-Zyste zusehends. Ist sie dann schließlich sehr groß, droht nicht nur eine schmerzhafte Schwellung. Es kann jetzt auch zu Durchblutungsstörungen im Bein kommen bis hin zu Lähmungserscheinungen.“

Wäre eine OP nicht die beste Therapie-Option?

„Man könnte zwar meinen, dass eine OP hier etwas bringt, dem ist aber nicht so. Im Gegenteil! Eine operative Entfernung der Baker-Zyste ist nicht sinnvoll. Vor allem nicht, solange die Ursache, die zu ihrer Entstehung geführt hat, nicht behoben ist. Das kann ein Schaden am Meniskus sein.

Ebenso Gelenkverschleiß oder auch eine chronische Gelenkentzündung. Ansonsten würde sich nach einer OP höchstwahrscheinlich erneut eine Baker-Zyste herausbilden.“

Wie wird die Baker-Zyste behandelt?

„Bei Schmerzen hilft Kühlen, ca. 15 Minuten, und Dehnen, auch sollte das Bein entlastet werden. Zusätzlich können schmerzlindernde und entzündungshemmende Medikamente Linderung verschaffen. Mit einer Nadel kann der Arzt die Flüssigkeit aus der Baker-Zyste absaugen. Damit sie sich nicht wie in der Vergangenheit neu füllt, wird jetzt die Doppelkammerspritze (Handelsname Renehavis), bestehend aus zwei verschiedenen Substanzen, eingesetzt. Es werden drei Spritzen im Wochenabstand gegeben – ohne dass Kortison verwendet werden muss.“

Übernimmt die Kasse die Kosten?

„Die Therapie wird bereits von den privaten Krankenkassen übernommen, allerdings noch nicht von den gesetzlichen Kassen. Die Kosten für die Doppelkammerspritze liegen bei 248 Euro pro Spritze.“

Kann ich auch schon vorbeugend etwas tun?

„Ja, das ist möglich. Bevorzugen Sie gelenkschonende Sportarten wie Radfahren. Versuchen Übergewicht zu vermeiden bzw. bei Übergewicht ein paar Kilogramm abzunehmen.“

Michael Päckert,
Facharzt für
Orthopädie
in Großwall-
stadt (Bayern)
und Mitglied
im Deutschen
Orthopädie
Netzwerk (DON)



**Sie haben Fragen
zu orthopädischen
Erkrankungen?
Nutzen Sie die
kostenlose Hotline
des Deutschen
Orthopädie
Netzwerks (DON)
0800/6 73 84 11,
Mo.–Fr.
von 10–15 Uhr**



**Oder Sie finden
uns unter:
www.dononline.de
oder stellen Sie
uns Ihre Fragen an:
info@dononline.de**

FOLGE 14

