

Gelenkersatz – nicht zu früh, aber auch nicht zu spät

Immer wieder bitten Sie, liebe Leserin, uns vor Gelenk-Operationen oder bei Problemen danach, schriftlich um Rat. Deswegen beantwortet Ihnen diese Woche Dr. Jan Bernholt vom Deutschen Orthopädie Netzwerk (DON) alle Fragen zu diesem Thema.

Ein modernes Kunstgelenk hält etwa 15 Jahre. Diese Zahl sollte man bei allen Überlegungen im Hinterkopf haben.

Zu früh oder zu spät – was ist schlimmer für das Gelenk?

Das kann man so nicht sagen. Die Gelenk-Prothese sollte immer die letzte Möglichkeit sein. Denn wird vorschnell gehandelt, steigt das Risiko, dass mehrfach nachoperiert werden muss, weil das Gelenk verschleißt. Und mit jedem Austausch der Prothese wird die Operation größer und aufwendiger und es geht immer Knochensubstanz verloren. Wird zu spät operiert, quält sich der Patient unnötig mit

Schmerzen und die Arthrose richtet wohlmöglich großen Schaden an Gelenk und Knochen an. Der optimale Zeitpunkt ist deshalb ganz entscheidend.

Und wann ist dieser gekommen?

Wenn der Alltag kaum noch bewältigt werden kann und Schmerzen nicht nur bei Belastung und Bewegung, sondern schon in Ruhe oder in der Nacht auftreten. Die endgültige Entscheidung treffen Arzt und Patient gemeinsam.

Wie lange dauert es, bis ich wieder auf dem Damm bin?

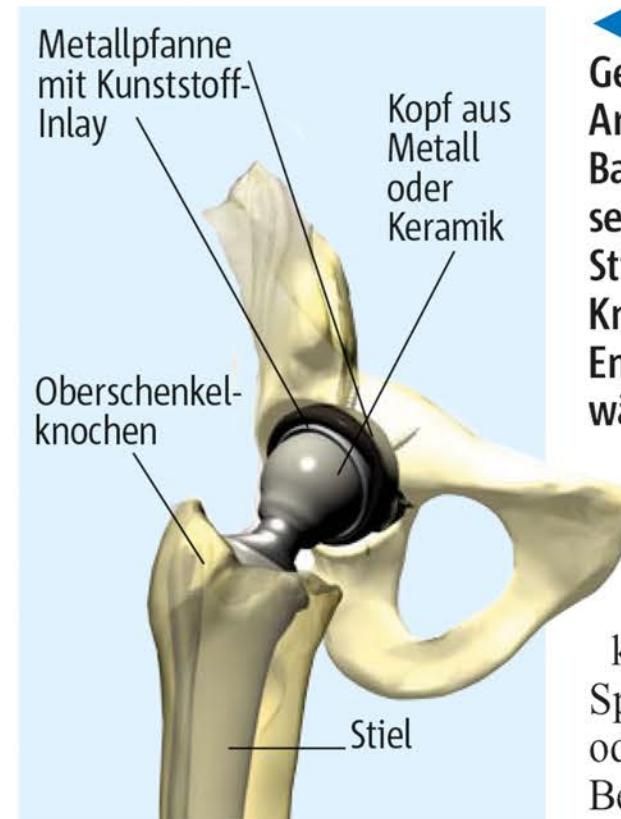
Das hängt vom Alter, aber auch von der Art der Prothese ab. Zementierte Gelenke sind früher wieder belast-

Unser Experte



Dr. Jan Bernholt
Facharzt für Orthopädie,
Chirotherapie und Sport-
medizin aus Düsseldorf

bar, bei zementfreien Varianten müssen Sie einige Wochen an Krücken gehen. Bei beiden Operationen bleiben Sie etwa zehn bis zwölf Tage in der Klinik. Danach erfolgt eine mindestens dreiwöchige Rehabilitation – entweder ambulant oder in einer Reha-Klinik.



◀ **VARIABLEL** Bei modernen Gelenk-Prothesen kann der Arzt die Teile nach einer Art Baukastensystem zusammensetzen, also z. B. die Länge des Stiels variieren. Das schont Knochensubstanz. Die Entscheidung fällt oft erst während der Operation.

Was bedeutet das Kunstgelenk für den Alltag?

Da gibt es keine Einschränkung. Jedoch sollten Sie Sportarten wie Tennis, Squash oder Fußball sein lassen. Sanfte Bewegung (z. B. Radfahren) ist dagegen zu empfehlen.

Wie bekomme ich die beste Versorgung?

Fragen Sie Ihren Orthopäden nach der Möglichkeit einer „integrierten Versorgung“. Dabei arbeiten Arzt, Klinik, Reha-Einrichtung sowie ggf. niedergelassene Krankengymnasten Hand in Hand.

DR. MAIKE MARCKWORDT

Wann verspüre ich eine Besserung meiner Beschwerden?

Die Weichteile um das Gelenk brauchen Zeit, um sich von der Operation zu erholen. Bei einem Hüftgelenk kann das drei Monate, beim Knie bis zu einem halben Jahr und länger dauern.

Fragen Sie uns.
Wir antworten auf Ihre Fragen:

www.dononline.de
ds@dononline.de