

DAS THEMA: Abendsprechstunde "Schulterschmerzen"



Volles Haus bei der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer: Schulterschmerzen waren das Thema der Vorträge der Orthopäden des Datteler St. Vincenz-Krankenhauses, die im Anschluss auch für persönliche Fragen zur Verfügung standen. —FOTOS: TORSTEN JANFELD (4)

## Wenn andere Therapien nicht helfen

### Arthroskopie bietet sich an.

**Datteln.** (-hm-) Wenn die Ursache für Schulterschmerzen eindeutig ist, konservative Therapien aber nicht geholfen haben und nach drei Monaten keine Linderung zu verspüren ist, dann, so Dr. Detlef Brandt, Oberarzt der Orthopädie des Datteler St. Vincenz-Krankenhauses, bei unserer Abendsprechstunde, müsse operiert werden.

Und das könne sowohl beim Engpass-Syndrom als auch bei einer Kalkschulter, bei Arthrose und Schultersteife der Fall sein. Das Mittel der Wahl sei dann die Arthroskopie bzw. Spiegelung der Schulter. Dabei handelt es sich um einen schlüssellochchirurgischen Eingriff, bei dem über zwei kleine Hautschnitte eine spezielle Optik und ein spezielles Lichtleitersystem eingebracht werden, mit dem der Chirurg im Gelenk diagnostizieren und behandeln kann.

So kann er per Arthroskopie beispielsweise bei einem



Dr. Detlef Brandt.

Engpass-Syndrom den Raum unter dem Schulterdach wieder erweitern, gerissene Sehnen wieder befestigen oder bei einer Schultersteife, die durch Verklebungen nach einem Bruch oder einer anderen Operationen verursacht ist, die Verklebungen auflösen und die Schulter unter Narkose mobilisieren.

### INFO

#### Beratung und Kontakt

- Die Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie des Datteler St. Vincenz-Krankenhauses wird geleitet von Dr. Marco Sträter.
- Sekretariat:** Bianca Kraus ☎ 0 23 63 / 108-20 31, Fax: 0 23 63 / 108-27 20 E-Mail: ortho-unfall@vincenz-datteln.de
- Sprechstunden** für Privatpatienten und Selbstzahler, Endoprothesen, Komplikationen, Schulter und Knie,

Wirbelsäulen, Hand und Fuß sowie Berufsgenossenschaft-Sondersprechstunde **Die Terminvergabe** erfolgt telefonisch von montags bis freitags in der Zeit von 8 bis 16 Uhr unter der Rufnummer ☎ 0 23 63 / 108-37 77.

♦ **St. Vincenz-Krankenhaus, Rottstraße 11** 45711 Datteln, ☎ 0 23 63 7 108-0 E-Mail: info@vincenz-datteln.de  
@ www.vincenz-datteln.de/

# Konservativ gegen den Schmerz

**DATTELN.** Schulterschmerz ist eines der häufigsten orthopädischen Probleme. Bei unserer Abendsprechstunde klärten Fachmediziner über Ursachen und Behandlung auf.

Von Heidi Meier

Von der Arthrose bis zum Sehnenriss reicht die Palette der Ursachen für Schmerzen in der Schulter – was nicht zuletzt daran liegt, dass es sich um ein hochkomplexes und überaus bewegliches Gelenk handelt. Und: Viele Menschen leiden darunter. Entsprechend voll besetzt war der Saal bei der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer am vergangenen Montag, als die Mediziner der Klinik für Orthopädie des Datteler St. Vincenz-Krankenhauses über Möglichkeiten der Diagnose und Behandlung aufklärten.

Am Anfang stand ein Ausflug in die Anatomie der Schulter, die übrigens aus drei echten und zwei unech-

ten Gelenken besteht. Sehnen, Muskeln und Kapsel halten sie bei aller Flexibilität stabil.

Eine wesentliche Rolle bei Schulterschmerzen spielt die Rotatorenmanchette eine Muskelgruppe, die am Schulterblatt ihren Ursprung hat und sich wie eine Manschette rund um den Oberarmkopf legt, ihn innerhalb der Gelenkpfanne des Schulterblattes fixiert und für die Drehung und Hebung des Armes mitverantwortlich ist. Durch Verschleiß kann es zu Rissen in der Rotatorenmanchette kommen – entweder allmählich oder plötzlich, z. B. beim Abstützen, wie Dr. Khalil Sheikh, Oberarzt der Orthopädie, erläuterte

Damit die Sehne eines wesentlichen Muskels der Rotatorenmanchette nicht am

Knochen des Schulterdaches reibt, wird sie von einem Schleimbeutel quasi abgepolstert. Entzündungen und Verschleiß können diesen natürlichen Engpass zusätzlich verengen. Es kommt zum Engpass-Syndrom mit Schmerzen bei bestimmten Bewegungen aber auch des Nachts.

Eine andere Erkrankung im Bereich der Schultersehnen ist die Kalkschulter. Als Ursache wird eine Minderdurchblutung der Rotatorenmanchette gesehen, die zur Kalkablagerung an den Sehnenansätzen führt – erst unmerklich, dann schmerzhaft.

#### Engpass-Syndrom, Kalkschulter, Arthrose

Und schließlich wäre da noch Arthrose, die wie alle anderen Gelenke auch die Schulter betreffen kann. Der Gelenkknorpel nutzt sich ab, bis irgendwann Knochen auf Knochen reibt. Der Oberarmkopf schiebt sich dadurch nach oben und die Sehne kann reißen.

In der Regel, so Dr. Sheikh, ist die Ursache jedoch meist erst mal unklar. Die Patienten



Dr. Khalil Sheikh.

klagten schlicht über Schulterschmerzen. Eine ausführliche Suche nach den Ursachen steht daher vor jeder Behandlung. Durch intensive Bewegungsübungen versuche der Arzt zunächst herauszufinden, welcher Schulterteil betroffen ist. Röntgen, hin und wieder auch eine Computertomografie, Knochenszintigramm, Spritzen (Infiltrationen), wenn Keime im Spiel sind, auch Gelenkpunktionen, stehen außerdem zur Verfügung, um Ort und Aus-

maß der Erkrankung herauszufinden.

Engpass-Syndrom, Kalkschulter, Arthrose – bei all diesen Diagnosen, so betonte Dr. Sheikh, sollte man zuerst eine konservative Behandlungsmethode wählen.

Zur Verfügung stehen Schmerzmittel, Spritzen mit lokaler Betäubung und Kortison, physikalische Maßnahmen wie Kälte- oder Wärmebehandlung, manuelle Therapie, Physiotherapie (Sheikh: „eine sehr wichtige Säule der Behandlung, bei der Sie auch zu Hause intensiv üben müssen“), Stoßwellentherapie (Sheikh: „Das hilft gut bei Kalkschultern, wird aber nicht von der Kasse bezahlt.“) und Röntgentiefenbestrahlung besonders bei Arthrose und Arthritis.

Allerdings: Für eine konservative Therapie braucht man Geduld. „Sie ist langwierig, kann bis zu einem Jahr dauern, und manches kostet Geld“, dämpfte Dr. Sheikh die Hoffnung auf schnellen Erfolg. Aber er betonte auch dies: „Man kann dadurch Operationen vermeiden oder zumindest hinauszögern.“



Schulterschmerzen: Wenn die Ursache geklärt ist, werden sie meist zuerst konservativ behandelt. Wenn das nichts bringt, steht eine Gelenkspiegelung auf dem Programm. —FOTO: CHRISTIN KLOSE

## „Ich überrede niemanden zur Prothese“

Fortgeschrittene Arthrose führt oft zum Gelenkersatz. Doch die Entscheidung ist individuell.

**Datteln.** (-hm-) Schmerzen bei Bewegung und in Ruhe, eingeschränkte Beweglichkeit, Schmerzen am Ellbogen, im Arm, zuweilen bis in die Hand – so beschrieb Dr. Marco Sträter, Chefarzt der Orthopädie des Datteler St. Vincenz-Krankenhauses, bei unserer Abendsprechstunde die Symptome einer fortgeschrittenen Arthrose im Schultergelenk, die zum Einsatz einer Prothese führen kann.

Dieser Verschleiß, bei dem sich der Spalt zwischen Oberarmkopf und Schulterdach zunehmend verkleinert bis schließlich Knochen auf Knochen reibt, könne altersbedingt sein, aber auch durch einen Unfall, eine angeborene Fehlstellung sowie durch einen Knocheninfarkt (dabei stirbt der Knochen ab) und nach Infektionen entstehen.

Wenn konservative Methoden und minimalinvasive Eingriffe nicht helfen, stehe



Dr. Marco Sträter.

die Entscheidung über den Einsatz einer Prothese an.

Sind die Muskeln und Sehnen der Rotatorenmanchette, die das Schultergelenk stabilisieren, noch intakt, könne die kleinste aller Schulterprothesen, die lediglich den abgeriebenen Knorpel des Oberarmkopfes ersetzt, eingesetzt

werden. In der Regel, so Dr. Sträter, sei das nur bei jungen Leuten der Fall. Zur Verfügung stehe aber außerdem die etwas größere kleine Oberarmkopfprothese, die einen Teil des Oberarmkopfes ersetzt. Beide Prothesen werden mit und ohne Pfannenersatz verwendet – je nachdem, wie beschädigt diese ist.

Ist die Rotatorenmanchette hingegen so beschädigt, dass sie nicht mehr repariert werden kann, oder kann ein Bruch nicht durch Schrauben und Platten gerichtet werden, kommen größere Prothesen zum Einsatz. Dr. Sträter stellte hier die sogenannte „inverse Schulterprothese“ vor, die die Verhältnisse in der Schulter quasi umkehrt: Dort, wo sich die Pfanne befindet, wird der Kopf eingeschraubt und umgekehrt. Das verlagert das Drehzentrum der Schulter nach unten, damit der Patient trotz verletzter Rotatoren

den Arm heben kann.

Möglichkeiten gibt's also. Doch wann ist der richtige Zeitpunkt für eine Prothese? – Dr. Sträter: „Wenn man trotz Schmerzmitteln leidet, wenn die Lebensqualität deutlich eingeschränkt ist, wenn konventionelle Methoden ausgereizt sind. Aber auch dann bleibt es eine individuelle Entscheidung. Nicht jeder Mensch und nicht jeder Fall ist gleich. Ich überrede daher niemanden“

#### Keine Frage des Alters: Frau Golka ist der Beweis

Eine Frage des Alters sei das übrigens auch nicht: „Eine Prothese lohnt sich immer, und wenn es nur für ein, zwei Jahre ist. Ich habe schon eine 102-Jährige mit einer Prothese versorgt.“

Und dann holte Sträter seine „sehr spezielle“ Patientin auf die Bühne der Abendsprechstunde: die 83-jährige

Irmgard Golka. Couragiert führte sie ihre Beweglichkeit mit der Schulterprothese vor. „Ich kann mir sogar wieder selbst den BH zumachen“, lachte die Seniorin, der ein Orthopäde mit den Worten „Wenn Sie 20 Jahre jünger wären ...“ von der Prothese abgeraten hatte.

Sie berichtete von ihren enormen Fortschritten schon in der Reha und in der Zeit danach. Nur ein Dreiviertel Jahr habe es gedauert, bis sie wieder so beweglich war. „Man muss aber selbst was tun und immer dran bleiben“, mahnte sie.

Bei ihrer anderen Schulter, die jetzt auch Probleme macht, versucht sie es derzeit mit Röntgenbestrahlung. „Nach nur sechs Mal komm ich mit dem Arm schon wieder so hoch!“ ... und macht es auch gleich vor. Kommentar von Dr. Sträter: „Frau Golka ist eben Champions League.“

### DEMNÄCHST

## Das erwartet Sie bei den Abendsprechstunden

• **5. März:** Fortschritte in der Behandlung des Dickdarmkrebses – mit Fachmedizinern des Marien-Hospitals Marl.

• **26. März:** Herz in Gefahr – Herzinfarkt verhindern – mit Fachmedizinern des Recklinghäuser Prosper-Hospitals und des St. Elisabeth-Hospitals Herten.

• **9. April:** Leben mit Atemnot und Herzschwäche – mit Fachmedizinern des Elisabeth-Krankenhauses Recklinghausen.

• **Alle Abendsprechstunden** beginnen um 18.30 Uhr. Und wie immer werden wir Sie auf unseren donnerstags erscheinenden Seiten „Gesund im Vest“ informieren.

### BEI UNS IM NETZ

#### Sprechstunde verpasst?

Marl. Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des MEDIENHAUSES BAUER war? – Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden!

@ www.gesund-im-vest.de