

Mit dauerhaften Schmerzen muss sich niemand abfinden

Schulterbeschwerden: Experten raten zu viel Bewegung, aber wenig Belastung

Simmerath. „Viele der Anrufer hingen zwischen der Diagnose eines Facharztes und der eines anderen Facharztes fest. Für sie war es hilfreich, dass am Telefon jemand für sie noch einmal alle Befunde geordnet und eingeordnet hat“, fasst Dr. Andreas Bell, leitender Oberarzt am Zentrum für orthopädische Chirurgie der Eifelklinik St. Brigida in Simmerath, seinen Eindruck zusammen. Gemeinsam mit Dr. Sebastian Fritz, – wie er leitender Oberarzt des Zentrums – hat er im Rahmen unserer Telefonaktion „Leser fragen – Ärzte antworten“ Fragen rund um das Thema „Schulterbeschwerden“ beantwortet.

Unter denen, die bei Bell Rat gesucht haben, waren in der Mehrzahl Patienten, deren Schulterbeschwerden Folge eines Unfalls (Sturz, Sportverletzung, Arbeitsunfall) waren, der zum Verschleiß des Gelenkes geführt hatte. Fritz hatte überwiegend ältere Anrufer, die über verschleißbedingte Beschwerden klagten. Eine Verteilung, die sich gut gefügt hatte. Beide Mediziner sind Orthopäden und Unfallchirurgen, Bell jedoch zusätzlich Sportmediziner. Weshalb die beiden einzigen Anrufer mit einer noch nicht lange zurückliegenden Verletzung – ein Patient mit Schlüsselbeinbruch nach Fahrradsturz und einer mit einer Schultergelenkssprengung, die beide

über weiterhin anhaltende Beschwerden berichteten – bei ihm genau richtig waren.

Ein Schwerpunkt seien bei ihm Fragen zum Thema „Schulterprothese“ gewesen, berichtet Bell. „Viele Betroffene wissen gar nicht, dass es diese Möglichkeit gibt, weil diese Eingriffe seltener sind als an-



Knie oder Hüfte. Doch da hat sich viel getan und verändert in den letzten zehn Jahren.“ Die Prothesen seien immer besser geworden und der Eingriff standardisiert und sicher. Es sei allerdings keine Operation, die ambulant gemacht werden könne, sondern dazu müssten sich Patienten schon an ein spezielles Zentrum wenden, wo man mit diesen Eingriffen vertraut sei. „Für die meisten Betroffenen sind die Schmerzen das Hauptproblem, mit einer Einschränkung der Beweglichkeit können sie sich eher abfinden. Ein Gelenkersatz kann helfen, die Schmerzen zu reduzie-

ren oder sogar zu beenden“, erläutert er. Das sei für viele neu.

„Vielen ging es um eine zweite Meinung und darum, welche Möglichkeiten der Behandlung und mögliche Alternativen zu einer Operation es gibt“, umreißt Fritz, die Anliegen der Patienten, mit denen er gesprochen hat. Da gebe es oft noch einiges, was man ausschöpfen könne, auch in der Diagnostik. So könnten Schulterbeschwerden auch vom Nacken oder vom Halswirbel ausgehen, was man abklären sollte.

Eine häufig gestellte Frage sei auch gewesen: Was kann ich selbst tun? „Viel bewegen, aber wenig belasten“, rät Fritz. „Das gilt auch bei einem Verschleiß des Gelenkes, um die Beweglichkeit zu erhalten. Die Schulter ist ein im Gegensatz zu anderen Gelenken stark muskelführtes Gelenk.“ So hatte er mit einer Patientin, Anfang 80, gesprochen, die jeden Tag ihre Übungen zu Hause macht und sich damit besser fühlt. „Von Bewegung profitieren Patienten in jedem Fall, auch bei einer Operation, weil dadurch die Muskulatur gestärkt wird“, betont Fritz. Einig waren sich beide Schulterexperten, dass Betroffene sich nicht mit dauerhaften Schmerzen abfinden müssten, es meist noch Möglichkeiten gebe, auch wenn die Beschwerden schon länger andauerten. (ath)