

## THERAPIEMÖGLICHKEITEN BEI ARTHROSE



Die **Osteoarthrose (Arthrose)** ist eine meist nicht entzündliche Gelenkerkrankung, die vorwiegend durch einen **Abbau des Gelenkknorpels** gekennzeichnet ist.

Langjährige Fehl- oder Überbelastung der Gelenke, Verletzungen am Knorpel, sowie extreme Sportausübung und Übergewicht können diese Erkrankung begünstigen. **Bis zu 80%** der über 50-jährigen klagen über Arthrosebeschwerden!

**WIE ENTSTEHT DIE OSTEOARTHROSE?** Durch Störungen des Knorpelstoffwechsels werden Umbauprozesse im Knorpelgewebe und im gelenknahen Knochengewebe mit Verminderung der Knorpelsubstanz eingeleitet. Ein zerstörter Knorpel kann nicht wieder hergestellt werden.

**WIE MACHT SICH EINE OSTEOARTHROSE BEMERKBAR?** Patienten empfinden den klassischen „Anlaufschmerz“, das heißt, sie haben Schmerzen bei Bewegungsbeginn und Besserung bei Fortbestand der Bewegung unter Belastung. Knotige Auftreibungen im Bereich der Gelenkspalten an den Fingergelenken, Knie und Hüfte (Röntgenbild) treten auf. Weiters zeigt sich ein eingeschränktes Bewegungsausmaß der betroffenen Gelenke, sowie meist ein Reiben und Knirschen im betroffenen Gelenk.

Die Behandlung erstreckt sich auf verschiedene Ebenen und Ansatzpunkte:

**Muskelkräftigende Gymnastik, Bewegung**, unterstützend mit Stöcken (Nordic walking) und eine gesunde **ausgewogene Ernährung** (Gewichtsreduktion) können wesentlich zu einem Behandlungserfolg beitragen.

Die **physikalische Behandlung mit Wärme, Strom und Ultraschall** wird mit **Medikamenten zur Schmerzlinderung** (Paracetamole), sowie nicht **steroidale Antirheumatika** abgerundet (NSAR). Seit neuestem kommen auch **knorpelprotektive Medikamente** (Glucosamine, Chondroitinsulfatpräparate) wie z.B. Orthomol Arthro Plus zur Anwendung.

**Gelenkinjektionen von Hyaluronsäurepräparaten** (Hyalgan) wie in vielen Studien nachgewiesen werden konnte, können zu einer deutlichen Linderung der Beschwerden führen.

Kommt es trotz Ausschöpfen aller erwähnten Maßnahmen zu keiner ausreichenden Schmerzreduktion, ist der komplette Ersatz des zerstörten Gelenks durch ein **künstliches Gelenk (Endoprothese)** notwendig, um den Patienten wieder ein weitgehend schmerzfreien Alltag zu ermöglichen.

**arthros**  
SPORT TRAUMA PHYSIO

Praxisgemeinschaft Dr. Frisee

Heiligenstädterstrasse 46-48, A-1190 Wien

(vis a vis Privatklinik Döbling)

Tel.: 01/99 717 00 Fax: 01/99 717 00 20

ordination@arthros.at; www.arthros.at

