

## Schmerzen im Knie - wann muss operiert werden?

GesundheitsUni im Gespräch mit **Prof. Dr. Dr. Gunther O. Hofmann**, Direktor der Klinik für Unfall-, Hand- und Wiederherstellungschirurgie am Universitätsklinikum Jena



**Halten Schmerzen im Knie länger an, ist ein Arztbesuch unumgänglich. Denn dahinter kann eine ernsthafte Erkrankung stecken wie Arthrose, also Gelenkverschleiß des Knies. Im Interview erklärt Professor Dr. Dr. Gunther O. Hofmann, Direktor der Klinik für Unfall-, Hand- und Wiederherstellungschirurgie am Universitätsklinikum Jena, was gegen die Beschwerden hilft und wann eine Operation nötig ist.**

### **Viele kennen es: Das Knie zwickt, zieht oder schmerzt. Aber ab wann sollte man mit diesen Beschwerden zum Arzt gehen?**

Hofmann: Grundsätzlich ist es ratsam, bei langfristigen und immer wieder auftretenden Beschwerden einen Arzt aufzusuchen. Wann genau dieser Zeitpunkt erreicht ist, ist individuell verschieden. Aber: Wenn man das Gefühl hat, da stimmt was nicht mit dem Gelenk, sollte man das medizinisch abklären lassen.

### **Wenn eine Arthrose diagnostiziert wurde: Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es dann?**

Hofmann: Dann muss man eine ganze Kaskade an Behandlungsoptionen auslösen. Eine Operation ist jedenfalls die Ultima Ratio, die letzte Option also, wenn alle anderen Möglichkeiten ausgeschöpft sind – und da gibt es viele. Das fängt an bei Verhaltenstherapie, also beispielsweise das Körpergewicht senken, die Ernährung umstellen und sich mehr bewegen. Und es geht weiter mit Physio- und Ergotherapie. Außerdem gibt es natürlich die Schmerztherapie. Bei Injektionen ins Kniegelenk ist dann mitunter schon ein kritischer Punkt erreicht,

weil auch die Infektionsgefahr steigt. Und wenn das alles nicht mehr hilft, muss man über eine Operation nachdenken. Wobei auch da gilt, so wenig invasiv wie möglich anzufangen. Denn auch bei einer Operation gibt es Abstufungen. Die reichen von der Erhaltung des Gelenks bis hin zum kompletten Gelenkersatz. Da sind wir dann aber wirklich am Ende der Fahnenstange angekommen.



### **Arthrose ist ja eine Verschleißerkrankung. Aber können auch jüngere Menschen daran erkranken?**

Hofmann: Ja, das ist möglich. Denn bei der Entwicklung einer Arthrose spielen einige Faktoren eine Rolle. Zum Beispiel ist sie abhängig von Vorerkrankungen beziehungsweise Begleiterkrankungen. Ein Diabetes muss beispielsweise behandelt sein. Und es gibt auch eine genetische Disposition. Die Veranlagung zur Arthrose ist also zu einem gewissen Maß vererbbar. Es kann auch sein, dass von Geburt an ein Gelenk nicht optimal steht, eine Fehlstellung hat. Stichwort: breit wickeln bei Babys. Das macht man, damit sich im Alter keine Hüftgelenksarthrose entwickelt.

### **Wie kann man einem Gelenkverschleiß vorbeugen?**

Hofmann: Indem man Risikofaktoren ausschaltet. Risikofaktor Nummer eins ist bei uns in Mitteleuropa mittlerweile das Übergewicht. Das ist ein ganz entscheidender Faktor, insbesondere für die Gelenke an der unteren Extremität. Dann der Bewegungsmangel, der bei vielen Patienten zutrifft und oft auch berufsbedingt ist, weil wir einfach zu viel sitzen. Weitere Risikofaktoren sind zum Beispiel Rauchen oder ein schlecht eingestellter Diabetes. Das sind alles Parameter, die das Voranschreiten einer Arthrose begünstigen.



### **Und was passiert, wenn man schon in jungen Jahren, zum Beispiel durch einen Unfall, sein Knie beschädigt?**

Hofmann: Diese Form der Arthrose nennt man posttraumatische Arthrose. Die entwickelt sich im Anschluss an einen Unfall oder eine Verletzung. Das können im Grunde relativ banale Verletzungen in jungen Jahren sein wie ein Meniskusriss. Das kann dann im Laufe der Jahre zu einem solchen Verschleiß führen, dass das Gelenk schon mit vergleichsweise jungen Lebensjahren, mit 40, 50 oder 60, operativ behandelt werden muss.

#### **Inhalt:**

Prof. Dr. Dr. Gunther Hofmann,  
Klinik für Unfall-, Hand- und  
Wiederherstellungschirurgie  
Telefon: 03641 9-322800  
E-Mail: [unfallchirurgie@med.uni-jena.de](mailto:unfallchirurgie@med.uni-jena.de)

#### **Universitätsklinikum Jena**

GesundheitsUni  
Bachstraße 18 | 07743 Jena  
Telefon: 03641 9-391181  
Fax: 03641 9-391187  
E-Mail: [info@med.uni-jena.de](mailto:info@med.uni-jena.de)

#### **Veranstaltungstipp: Jenaer Abendvorlesung**

Einmal monatlich veranstaltet die GesundheitsUni Jena, unterstützt vom Förderverein des Klinikums, eine Vorlesung zu ausgewählten medizinischen oder wissenschaftlichen Themen. Das kostenlose Angebot richtet sich sowohl an betroffene Patienten und Angehörige, als auch an medizininteressierte Bürger. Im Anschluss an den Vortrag haben Sie Gelegenheit, Fragen an den Referenten zu stellen. Das aktuelle Programm finden Sie im Internet unter [www.gesundheitsuni-jena.de](http://www.gesundheitsuni-jena.de). Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Redaktion: Stabsstelle Unternehmenskommunikation am UKJ | Gestaltung, Fotos: Klinisches Medienzentrum am UKJ