

## RP-SERIE MEDIZIN NACHGEFRAGT

## Arthrose - Vorbeugen geht nur bedingt

Dr. Heiko Rüttgers, Chefarzt Orthopädie und Unfallchirurgie/Hand- und Fußchirurgie, informiert.

**EMMERICH** „Medizin nachgefragt“ - die nächste Folge lesen Sie heute. In der gemeinsamen Reihe der Rheinischen Post und des Willibrord-Spitals in Emmerich geht es heute um das Thema Arthrose. Gibt es Behandlungsmöglichkeiten, kann man der Erkrankung vorbeugen?

*Was ist Arthrose?*

**DR. HEIKO RÜTTGERS** Arthrose ist letztendlich der Verschleiß des Gelenkknorpels, die schützende Knorpelschicht im Gelenk wird immer dünner. Diese kann nicht repariert werden und sich auch nicht selbst erneuern. Am häufigsten sind Knie- und Hüftgelenke betroffen. Ähnlich wie ein Autoreifen auf Dauer an Profil verliert, so altert im Laufe des Lebens und unter Belastung der Knorpel. Er nutzt sich ab, es entstehen Risse und Unebenheiten. Das verursacht Schmerzen, wobei auch die Knochen in Mitleidenschaft gezogen werden können. Es bilden sich am Rand des Gelenks Knochenvorsprünge (Osteophyten). Die Beweglichkeit wird immer schlechter.

*Kann man vorbeugen?*

**RÜTTGERS** Man kann nur bedingt vorbeugen. Unter dem Motto „Wer rastet, der rostet“ ist Sporttreiben und Bewegung in sinnvollem Umfang hilfreich. Der Knorpel wird durch Gelenkflüssigkeit ernährt, diese verteilt sich durch Bewegung. Auch die Genetik spielt eine Rolle. So gibt es harte und weiche Knorpel. Wie beim Autoreifen hält der mit der harten Ummantelung eventuell länger, der mit der weichen liegt besser in der Kurve, verschleißt aber schneller. Auch beim Knorpel kommt es zu unterschiedlicher Abnutzung.

*Wann ist der Zeitpunkt für ein künstliches Gelenk (Knie/Hüfte) ge-*



Arthrose ist letztendlich der Verschleiß des Gelenkknorpels, sagt der Chefarzt.

RP-FOTO: DPA

*kommen?*

**RÜTTGERS** Letztendlich bestimmt der Patient den Zeitpunkt, wenn er sich in seiner Lebensqualität eingeschränkt fühlt und das, was er tun möchte, nicht mehr schaffen kann. Für den einen ist das der Weg zwischen Wohnzimmer und Küche, für den anderen der 20-Kilometer-Lauf. Da gibt es verschiedene Ansprüche. Der individuelle Leidensdruck ist ausschlaggebend. Wenn man seinen Lebensalltag nicht

**Dr. Heiko Rüttgers ist Chefarzt im Emmericher Krankenhaus.**

FOTO: MVO



mehr ohne Schmerzmedikamente bewältigen kann, dann sollte man sich operieren lassen. In seltenen Fällen zerstören die Arthrosen die Gelenke, dann muss man operieren. Im St. Willibrord-Krankenhaus werden seit neuestem mithilfe eines robotergestützten Systems schonend neue Kniegelenke eingesetzt.

DAS GESPRÄCH FÜHRTE  
RP-MITARBEITERIN  
MONIKA HARTJES