

# Die Mehrheit wird konservativ behandelt

Meller Orthopäden informieren über Hüftschäden, Rückenschmerzen und die Kraft von Yoga

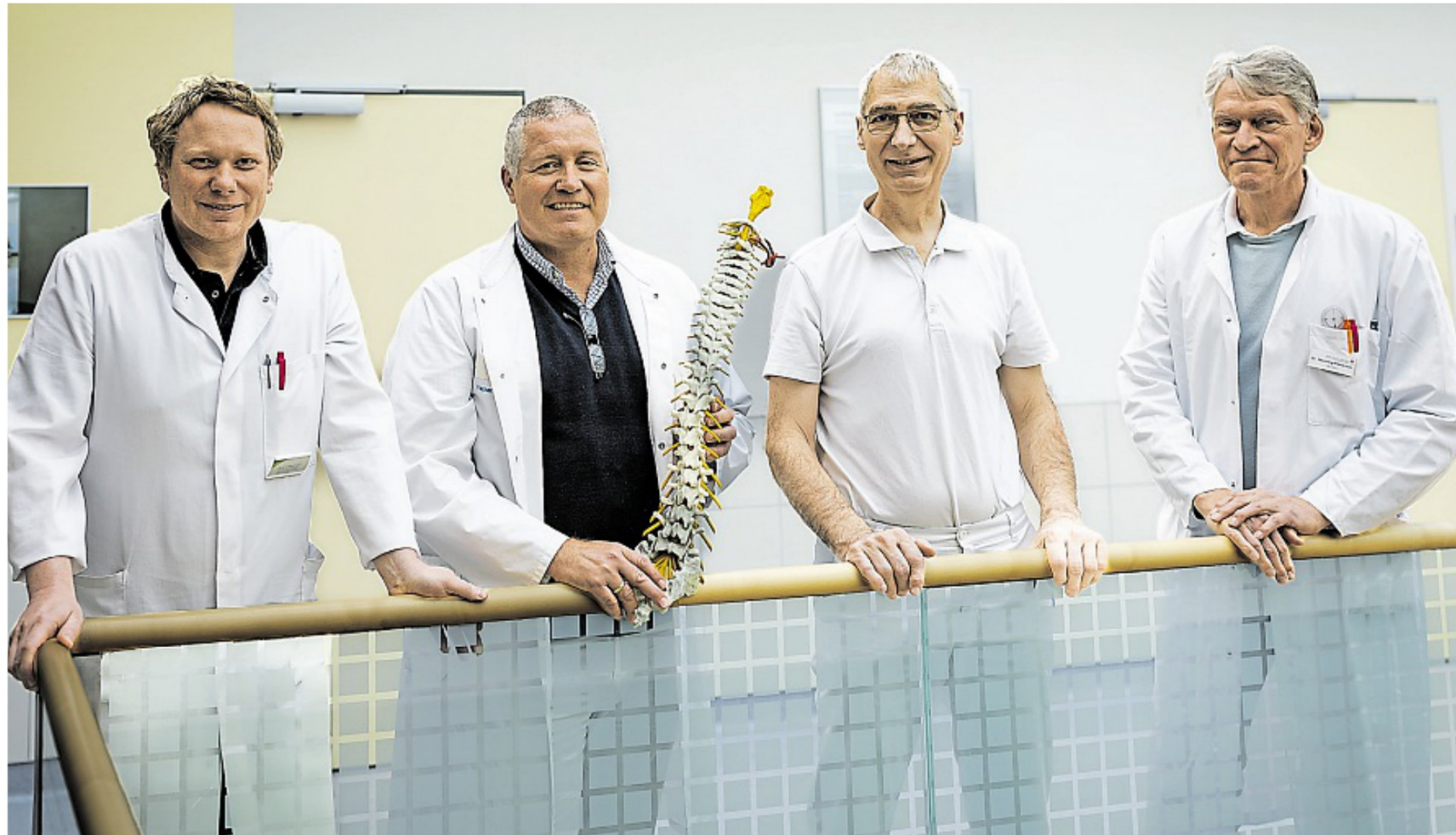
Ina Wemhöner

**H**üftarthrose, Knorpelschaden und Rückenschmerzen: Die Orthopäden Henning Kleve-man, Veit Allersmeier, Tobias Fricke und Jan-Rasmus Trümper von der orthopädischen Praxismgemeinschaft im Ärztehaus am Krankenhaus Melle haben schon vielen Patienten mit langer Leidensgeschichte helfen können. Aber nicht jeder Patient landet bei den Ärzten auf dem OP-Tisch.

**Womit kommen die meisten Patienten zu Ihnen in die Praxis?** Der Rücken sei das häufigste Problem, da sind sich die Orthopäden einig. Danach kommen auch schon die Hüfte und Knieprobleme. Das Krankheitsbild bei Rückenleiden sei jedoch vielschichtig, wie Tobias Fricke erklärt: „Die Probleme können die Lendenwirbelsäule betreffen, die Brustwirbelsäule oder auch die Halswirbelsäule. Oftmals wird aber über Beschwerden unten im Lendenwirbelsäulenbereich geklagt. Es kann dabei die Bandscheibe betreffen oder die Patienten kommen zu uns und sagen ich habe Ischias, was es eigentlich als Diagnose gar nicht gibt.“

Denn Ischias ist ein Symptom, das mit einer Grunderkrankung zusammenhängt. Dann müssen die Ärzte herausfinden, was das eigentliche Problem ist: Blutungsstörungen, Verschleiß oder vielleicht doch muskuläre Probleme.

**Ist eine Operation dann oftmals auch nötig?** Am Rücken operieren die Meller Orthopäden meistens gar nicht, außer bei einer Kyphoplastien, also einem gebrochenen Wirbelkörper. Hierbei wird ein kleiner Schnitt am Rücken durchgeführt und der entstandene Hohlraum mit einem Knochenzement aufgefüllt, der den Wirbelkörper stützt, schildert Henning Kleve-man. Diese OP werde zum



Die Orthopäden (von links) Jan-Rasmus Trümper, Tobias Fricke, Veit Allersmeier und Henning Kleve-man.

Foto: Stefan Gelhot

Beispiel bei Osteoporose-Patienten durchgeführt.

Ein schlimmer Bandscheibenvorfall, der notfallmäßig und zeitnah operiert werden müsse, sei im täglichen Geschäft eher die Ausnahme, so der Orthopäde.

Zum täglichen Arbeitsgeschäft der Orthopäden zählen indes zunehmend Hüft- und Kniegelenksendoprothesen oder Spiegelungen von Kniegelenken. 800 Prothesen werden laut den Medizinern in einem Jahr durchschnittlich im Klinikum Melle eingesetzt und etwa 600 Knie-spiegelungen durchgeführt.



Rückenschmerzen nehmen zu. Ein Grund ist, dass wir unseren Alltag immer mehr im Sitzen verbringen.

Foto: imago/Thomas Trutschel

„Es gibt immer wieder die Geschichten, die durch die Presse gehen, dass viel zu schnell und viel zu früh operiert wird. Und da kann ich für uns vier sicher sagen: Wir überreden keinen, sich operieren zu lassen. Wir stellen den Patienten nach einer sehr durchgreifenden Diagnostik alle Möglichkeiten vor, aber die Entscheidung trifft er selbst“, betont Fricke.

**Was hilft denn bei Rückenschmerzen überhaupt?** „Wir machen relativ viele Wirbelsäulen-Injektionen: Setzen also Spritzen an die Zwischenwirbelgelenke. Die meisten Patienten werden konservativ behandelt, mit Physiotherapie, Schmerzmedikamenten, Akupunktur oder Infiltration“, sagt Jan-Rasmus Trümper.

Dass Rückenschmerzen aber auch schon eine echte Volkskrankheit sind, zeige sich an den vielen Krankenschreibungen. Diese würden jedes Jahr 20 Prozent aller Krankenschreibungen betref-

fen: „Da fließen dann aber auch psychische Probleme rein. Bei Alltagsproblemen und psychischen Belastungen ist man nämlich auch viel anfälliger für Rückenbeschwerden. Es umfasst ein sehr breites Spektrum“, erläutert Fricke.

**Wie kommt es, dass so viele Menschen Problemen mit den Gelenken haben?** Die Orthopäden sehen täglich viele Patienten mit Rücken-, Knie- oder Hüftproblemen in die Praxis kommen – und haben dafür eine Erklärung: „Oftmals ist es zu wenig Sport und zu viel Nahrungsaufnahme. Das ergibt eine schlechte Stabilität der Wirbelsäule und der dort sitzenden Muskulatur. Besonders Personen mit einem Beruf, bei dem man viel sitzt, und mit mangelnder Beweglichkeit, haben diesbezüglich Probleme“, so Fricke.

**Welche Sportart würden Sie jedem Patienten verschreiben?** Die Meller Or-

thopäden schwören auf Yoga: „Weil das weiche Bewegungen sind, die die Gelenke nicht belasten und die Beweglichkeit wiederherstellen können, wo sie zu wenig vorhanden ist. Yoga ist für die Gelenkkapseln und Sehnen grandios“, erklären Kleve-man und Fricke.

Viele Krankenkassen böten auch Fitnessprogramme an, die speziell auf Wirbelsäulenproblematiken ausgelegt sind. „Was wir häufig verordnen ist Reha-Sport oder Funktionstraining und das wird von den Kassen auch übernommen“, sagt Veit Allersmeier.

**Kommen auch schon junge Patienten mit Gelenkschmerzen zu Ihnen?** Überwiegend seien es die Älteren, die mit solchen Beschwerden kommen: „Aber wir beobachten natürlich auch bei den jüngeren Patienten, die körperlich weniger aktiv sind, dass sie über Rückenschmerzen klagen. Etwa, wenn sie im Prakti-

kum ein paar Kisten schleppen mussten. Diese Patienten kommen aber nicht, weil sie einen Bandscheibenvorfall hatten, sondern muskulär einfach nicht trainiert sind“, so Allersmeier.

Es gebe aber auch junge Patienten, die mit einer angeborenen Fehlbildung des Hüftgelenks (Hüftdysplasie) kämen und bereits einen fortgeschrittenen Verschleiß in der Hüfte hätten. Ein künstliches Gelenk könne hier dann eine deutliche Entlastung sein.

**Hat sich bei Ihrer Arbeit in den letzten Jahrzehnten verändert?** Laut den Ärzten haben sich bei den Hüft-OPs die minimalinvasiven Operationen durchgesetzt. „Das bedeutet, dass man die Muskulatur so wenig schädigt wie möglich. Auch die Prothesen sind kleiner geworden und geben die Anatomie des Körpers besser wieder. Früher haben wir eher den Knochen der Prothese angepasst. Heute suchen wir die

Prothese in Funktion der Anatomie aus“, sagt Henning Kleve-man, Fachmann für Prothesenwechseloperation in der Praxis.

Das führe dazu, dass die Patienten zufriedener seien und schneller auf die Beine kämen. Auch der Verschleiß der Kunststoffteile sei deutlich geringer als noch vor 20 Jahren.

Jan-Rasmus Trümper ist sich jedoch sicher, dass es in Zukunft noch viele Fortschritte mithilfe von Künstlicher Intelligenz und Robotik geben wird. „Zurzeit werden viele Studien mit Roboterchirurgie gemacht. In 40 oder 50 Jahren wird sich dramatisch vieles verändern in der Medizin. Und ich glaube auch, dass die KI dann schon eine maßgebliche Rolle spielen wird. Die Medizin wird dadurch allerdings nicht billiger und auch nicht persönlicher werden.“

**Haben sich ab und zu auch kuriose Fälle in der Praxis?**

„Eine 40-jährige Patientin war bei uns und hatte eine kaputte Hüfte. Sie war etwa 1,50 Meter groß und hatte auch kleine Knochen und da haben wirklich die kleinsten Teile, die wir hier im Lager haben, gerade eben so gepasst. Also kleiner hätte es nicht sein dürfen. Und dann kommt man schon ein bisschen ins Schwitzen, damit dieses kleine Implantat passend bei der Operation eingesetzt wird“, erinnert sich Henning Kleve-man.

Veit Allersmeier meint jedoch, dass bei den Bestellungen der Prothesen häufig ein ganz anderer Trend auffällt: „Die Patienten aus der Umgebung und den Nachbarregionen haben eher große Knochen und dementsprechend bestellen wir passende Prothesen. Aber ob das jetzt ernährungs- oder entwicklungsbedingt ist, ist unklar.“

Eine andere Patientin wollte zum Beispiel nach ihrer Operation ihren Hüftkopf gerne behalten, der entfernt wurde. „Sowas machen wir aus hygienischen Gründen aber nicht“, so Fricke.