

• Fernsehen > Praxis Dr. Weiss > Archiv

Praxis Dr. Weiss

Vorschau

Archiv

Alternativmedizin

Behandlung

Beim Arzt

Erkrankungen

Augenheilkunde

Chirurgie

Frauenheilkunde

Hals, Nase, Ohren

Hautkrankheiten

Innere Medizin

Neurologie

► Orthopädie

Psyche

Urologie

Zähne

Fit und gesund

Service

Über uns

✉ E-Mail

Orthopädie

Hilfe bei Schulterschmerzen

Es ist das beweglichste Gelenk des Menschen und zugleich besonders verletzlich: das Schultergelenk. Als Kugelgelenk ermöglicht die Schulter Bewegungen in alle Richtungen und macht den Einsatz von Armen und Händen möglich.



Ein kompliziertes System von Muskeln, Knorpellippen und Bändern hält den Kopf des Oberarmknochens in der kleinen Gelenkpfanne und bildet einen schützenden, stabilisierenden Ring um das Gelenk. Doch durch die ständigen Anforderungen in Arbeitsalltag und Freizeitsport ist das Schultergelenk besonderen Belastungen ausgesetzt. Die Schulter wird zunehmend anfälliger

Rutscht der Gelenkkopf durch eine unglückliche Bewegung oder einen Unfall aus der kleinen Gelenkpfanne, kommt es zu einer sehr schmerzhaften Schulterluxation - einer "ausgekugelten Schulter", die durch spezielle Handgriffe des Fachmanns über einen starken Zug am Arm wieder eingerenkt wird. Durch das Auskugeln können Gelenkstrukturen verletzt werden, die ggf. operiert werden müssen, da sie die Schulter anfällig machen für erneutes Auskugeln.

Insbesondere schweres Heben und regelmäßige Überkopfbewegungen belasten eine wichtige Muskelgruppe des Schultergelenks, die sogenannte Rotatorenmanschette. Sportler erleiden bei falschen Bewegungen oft Zerrungen und Entzündungen der Schulterpartie. Fachleute sprechen auch von "Periarthrose" - ein Sammelbegriff für gereizte Sehnen und Muskeln sowie entzündete Schleimbeutel.

Fehlhaltung am Arbeitsplatz kann gefährlich werden

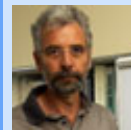
Sendezeit

Donnerstags

18.15 bis 18.45 Uhr
SÜDWEST Fernsehen in
Baden-Württemberg

Wiederholung: montags
11.00 bis 11.30 Uhr

Dr. Weiss stellt sich vor



SWR-Hausarzt Dr. Thomas
Weiss öffnet jede Woche
seine Fernseh-Praxis. [+]

Im Berufsalltag sind es häufig monotone, kleine Handgriffe, zum Beispiel am Computer oder an der Supermarkt-Kasse, die zu einer Überlastung der Rotatorenmanschette führen. Aber auch Bewegungsmangel oder jahrelange Fehlhaltung am Arbeitsplatz sind gefährlich für die Schulter.

Muskeln und Bänder verkümmern, die Schultergelenke werden nicht mehr ausreichend gestützt und verschieben sich. Die Folgen von Verschleiß und Verletzungen: eingeschränkte Beweglichkeit und starke Schulterschmerzen bei geringsten Belastungen des Arms.

Auch die sogenannte Kalkschulter kann für Schulterschmerzen verantwortlich sein. Dabei nisten sich in der Sehne unter dem Schulterdach kleine Kalkkristalle ein, die erhebliche Beschwerden verursachen können.

Schulterschmerzen nicht selbst behandeln

Bei Schulterschmerzen sofort zum Arzt gehen - er sucht nach einer gründlichen körperlichen Untersuchung per Ultraschall nach dem Auslöser der Schulterschmerzen. Oft reicht eine konservative Behandlung mit Medikamenten, Spritzen, Eisanwendungen aus. Krankengymnastik ist wichtig, um die Beweglichkeit zu erhalten.

Bei Kalkablagerungen in der Schulter kann eine Stoßwellentherapie hilfreich sein. Dabei lösen Schallwellen die störenden Kristalle von außen auf. Für Patienten mit einer Periarthrose kommen darüber hinaus eine Reihe verschiedener Operationsverfahren in Frage, um die Beschwerden zu beseitigen. Dazu ist oft nur ein minimal-invasiver Eingriff mit dem Endoskop nötig: ausgerissene Muskeln und Sehnen können genäht, ausgeleierte Kapseln repariert werden.

Ein künstliches Schultergelenk als letzte Lösung

Eine Arthrose mit fortschreitendem Verschleiß der Gelenkflächen ist in der Schulter relativ selten und betrifft meist Patienten mit vorangegangenen Schulterbrüchen, nach extremer Überlastung oder mit angeborenen Gelenkproblemen. Bereitet das Gelenk dauerhaft Schmerzen, kann ein künstliches Schultergelenk die Lösung sein. Die Prothese ermöglicht im Alltag ausreichende Bewegungsfreiheit ohne Schmerzen.

Adressen

Links

- [Deutsche Vereinigung für Schulter- und Ellenbogenchirurgie](#)
Adressen von Schulter Spezialisten
- [Deutsche Arthrose-Hilfe](#)
Auskunft über Schulterprobleme und Spezialisten möglich

Experte im Studio
Prof. Dr. Peter Habermeyer

Facharzt für Chirurgie, Unfallchirurgie, Sportmedizin
ATOS-Praxisklinik
Bismarckstr. 9-15
69115 Heidelberg
Tel. 06221 / 983-0
Fax: 06221/ 983-189
Internet: www.atos.de

Deutsche Arthrose-Hilfe e.V.

Postfach 11 05 51
60040 Frankfurt/Main
Tel.: 06831 / 94 66 - 77
Fax: 06831 / 94 66 - 78

 SEITE WEITEREMPFEHLEN

Sendung am: 28.10.2004
Letzte Änderung am: 27.10.2004