

Der Experte



Professor Dr. Matthias Schürmann, Chefarzt der Abteilung für Unfallchirurgie, Orthopädische Chirurgie und Handchirurgie

Professor Schürmann ist seit 2003 Chefarzt in Hof und wurde an den Universitätskliniken in München und Berlin ausgebildet. Seit 2008 ist er Professor für Chirurgie an der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen/Nürnberg. Seine Schwerpunkte sind Gelenk(ersatz)chirurgie, Wirbelsäulenchirurgie und die gesamte Unfallchirurgie.



Professor Dr. Matthias Schürmann (rechts) klärte die Zuhörer eines Online-Vortrags über chronische Schmerzen und Behandlungsmöglichkeiten auf. Nadine Nüsslein (links) vom HCS Medienwerk moderierte die Veranstaltung und gab die Zuhörer-Fragen an den Experten weiter.

Foto: Andreas Rau/RauLinse Photography



Sana Klinikum Hof

Fachabteilung für Unfallchirurgie
und Orthopädische Chirurgie

Sekretariat Professor Dr. med.
Matthias Schürmann
Telefon 09281 98-2236
Telefax 09281 98-2205
E-Mail skh-unfallchirurgie@sana.de

Schmerz ist nicht gleich Schmerz

Um Schmerzen erfolgreich zu behandeln, muss man zunächst die Ursache kennen

„Keine Therapie ohne Diagnose“, lautet ein wichtiger Leitsatz in der Behandlung (chronischer) Schmerzen. Warum das so ist, und welche unterschiedlichen Ursachen Gelenkschmerzen haben können, erklärte Professor Dr. Matthias Schürmann, Chefarzt der Unfallchirurgie, Orthopädischen Chirurgie und Handchirurgie am Sana Klinikum Hof in einem Online-Vortrag, den Frankenpost und Sana Klinikum Hof gemeinsam präsentierten.

Wie ein Gelenk aufgebaut ist, und was ein krankes Gelenk von einem gesunden unterscheidet, erläuterte der Professor anhand von Schaubildern. Die wichtigsten Bestandteile eines Gelenks sind der Gelenkknorpel und die Gelenkflüssigkeit, die von der Gelenkinnenhaut produziert wird. Der Knorpel hat keine Durchblutung, sondern wird aus der Gelenkflüssigkeit heraus ernährt. „Das funktioniert besonders gut in Bewegung und unter Belastung“, erklärte der Experte. „Sich aufs Sofa zu setzen und sich zu schonen, wenn man Gelenkschmerzen hat, ist also genau die falsche Reaktion.“

Insgesamt hat der menschliche Körper etwa 140 Gelenke, von denen man viele erst dann wahrnimmt,

wenn sie Probleme machen. Das gelte besonders für die kleinen Facettengelenke an der Wirbelsäule oder das Iliosakralgelenk, das zwischen den Hüften liegt. Gelenkschmerzen können sowohl von einem Verschleiß des Knorpels als auch von einer Entzündung der Gelenkhaut herrühren.

Die bekannteste Verschleiß-Krankheit ist die Arthrose. Entzündliche Erkrankungen werden Arthritis genannt. Als Beispiele nannte der Chirurg die Rheumatoide Arthritis oder die Gicht.

Ursachen erkennen

Neben Arthrose und Arthritis können auch Begleitreaktionen benachbarten Gewebes Schmerzen verursachen. Dazu gehören beispielsweise Reizungen von Sehnen, Bändern oder Muskeln, Schleimbeutelentzündungen oder die Kompression von Nerven.

„Der Schmerz ist ein Symptom. Behandeln müssen wir die Ursache“, erklärte Professor Schürmann. Bei Arthrose ist der mechanische Schaden des Knorpels die Ursache; bei Arthritis die Entzündung. Als Beispiele für Schmerzen, die im Umfeld kranker Gelenke entstehen, nannte

der Experte die Facettengelenke an der Wirbelsäule. Schäden an diesen Gelenken führen dazu, dass sich die umliegende Muskulatur extrem verspannt. Der gesamte Rücken tut weh, die Patienten klagen über einen „Hexenschuss“.

So genannte neuropathische Schmerzen machen sich schneidend, brennend oder bohrend bemerkbar, sind sehr unangenehm und haben nicht zwingend einen konkreten Auslöser. Sie entstehen direkt an den Nerven und sind deshalb sehr schwer zu behandeln. Es kann vorkommen, dass ein „normaler“ Schmerz in einen neuropathischen übergeht, und es gibt auch Mischformen, bei denen ein vom Gelenk ausgehender und von den Nerven ausgehender Schmerz zusammenkommen. Hier ist es umso wichtiger, die Ursachen genau zu erforschen.

Ist die Ursache erkannt, kann die Behandlung beginnen. Arthrose wird je nach Stadium der Krankheit unterschiedlich behandelt (Artikel unten). Bei Gicht ist eine Ernährungsumstellung in Kombination mit speziellen Medikamenten angezeigt. „Rheumatoide Arthritis gehört in die Hände eines Facharztes“,

betonte Professor Dr. Matthias Schürmann. Es gebe hoch wirksame Medikamente, die aber starke Nebenwirkungen haben können.

Richtig dosieren

Bei allen Arten der medikamentösen Behandlung sei die richtige Dosierung sehr wichtig. Schmerzmittel müssen immer mit Bedacht und der Stärke der Schmerzen angemessen eingesetzt werden. Ganz besonders gelte das bei der Behandlung von neuropathischen Schmerzen. Opioide, mit denen diese Schmerzen häufig behandelt werden, können abhängig machen und bei Überdosierung schwere Schäden verursachen.

Auch Cannabis sei zur Behandlung von neuropathischen Schmerzen geeignet. „Für manche Patienten ist das die letzte Rettung“, erläuterte der Professor. „Aber es darf ausschließlich bei nicht mehr behandlungsfähigen Patienten eingesetzt werden, die an schwersten Schmerzen leiden.“ Ganz allgemein sei die Schmerztherapie nur für solche Patienten gedacht, bei denen es keine behandelbare Schmerzursache gebe (Artikel unten).

Drei Zuhörer-Fragen zum Thema chronische Schmerzen

Kann man etwas tun, um Gelenkverschleiß vorzubeugen?

Regelmäßige Bewegung ist sehr wichtig, um die Gelenke gesund zu erhalten. Eine gesunde Ernährung hat zwar keinen direkten Einfluss auf die Gelenke, ist aber dennoch wichtig, zumal Übergewicht unbedingt zu vermeiden ist. Je mehr Gewicht auf den Gelenken lastet, desto eher entstehen Schäden. Auch Rauchen trägt übrigens zur Schädigung der Gelenke bei.

Ich habe fünf angehende Bandscheibenvorfälle an der Halswirbelsäule und möchte mich nicht operieren lassen. Was kann ich tun?

Bandscheibenvorfälle an der Halswirbelsäule führen oft dazu, dass Nerven abgedrückt werden. Das ist sehr schmerzhaft und auch gefährlich, weil der Nerv geschädigt werden kann. Ein kompetenter Neurochirurg kann entscheiden, ob eine konventionelle Therapie noch möglich und sinnvoll ist, oder ob der Druck auf den Nerv schon zu groß ist. Vor einer Operation brauchen Patienten jedoch keine Angst zu haben. Die Halswirbel-

säulenchirurgie arbeitet auf höchstem Niveau und kann in der Regel Abhilfe schaffen.

Wann ist der richtige Zeitpunkt, um mit Gelenkschmerzen zum Arzt zu gehen?

Manche Schmerzen sind eher als Befindlichkeitsstörungen einzuordnen denn als Schmerzen. Wenn sich beispielsweise jemand sportlich übernommen und dabei leicht verletzt oder sich „verhoben“ hat, gehen die Beschwerden vielfach nach wenigen Tagen von selbst vorüber. Im Anfangsstadium von verschleißbedingten Schmerzen können Hausmittel wie Quarkumschläge oder leichte Schmerzmitteln gut helfen. Dauern die Schmerzen jedoch länger an und belasten den Patienten täglich statt nur zeitweise, oder sind Tätigkeiten, die früher problemlos möglich waren, durch die Schmerzen dauerhaft nicht mehr möglich, sollte in jedem Fall ein Arzt aufgesucht werden.

Verpasst?

Unter www.frankenpost.de/vortrag können Sie den Vortrag ansehen.

Eine zweite Meinung kann nicht schaden

Viele Patienten, denen zu einer Operation geraten wird, machen sich Gedanken, wie sie den Eingriff verkraften werden, und ob eine Operation wirklich die richtige Lösung für ihre Beschwerden ist. Niemand legt sich schließlich gerne unnötig unters Messer.

„Jeder gesetzlich versicherte Patient hat ein vom Gesetzgeber festgeschriebenes Recht auf eine unabhängige ärztliche Zweitmeinung“, erklärt Professor Schürmann. Spezialisten, die zu bestimmten Eingriffen raten (dazu gehören unter anderem manche Operationen an Wirbelsäule, Schulter, Hüfte oder Knien), sind sogar dazu verpflichtet, ihre Patienten im Rahmen der Beratung explizit auf dieses Recht hinzuweisen.

Ärzte, die eine Zweitmeinung abgeben wollen, brauchen eine Genehmigung der Kassenärztlichen Vereinigung. Grundsätzlich können sowohl Vertragsärzte, Krankenhausärzte als auch Privatärzte eine solche Genehmigung erhalten.

„Patienten, die unsicher sind, sollten diese Möglichkeit in jedem Fall wahrnehmen und sich vor einem größeren Eingriff eine zweite Meinung einholen“, rät der Professor.

Gelenkverschleiß

Stadiengerecht behandeln mit Stufentherapie

Zu Beginn einer Verschleißerkrankung der Gelenke (Arthrose) reicht es oft noch, die Selbstheilungskräfte des Körpers beispielsweise durch Physiotherapie oder Bandagen zu aktivieren. Das ändert sich jedoch mit dem Fortschreiten der Krankheit. „Unser Ziel ist es, die verschiedenen Stadien einer Gelenkerkrankung auch stadiengerecht zu behandeln“, erklärt Professor Schürmann. „Das funktioniert zu Beginn einer solchen Erkrankung ganz anders als im Endstadium.“



Foto: SciePro - stock.adobe.com/

Wenn der Verschleiß fortschreitet und Maßnahmen wie Physiotherapie und leichte Schmerzmittel nicht mehr ausreichen, kommen in der Regel stärkere Medikamente zum Einsatz, die unter Umständen auch gespritzt werden können. Aufhalten können diese Medikamente das Fortschreiten der Krankheit jedoch nicht oder nur sehr bedingt.

In einer nächsten Stufe können in manchen Fällen Umstellungsoperationen zur Entlastung des Gelenks oder operative Knorpeltherapien helfen.

Am Ende der Behandlungsmöglichkeiten steht schließlich oft ein chirurgischer Eingriff – „es sei denn, der Patient ist bereit, sich mit den Einschränkungen, die die Krankheit mit sich bringt, dauerhaft abzufinden.“

Manche Patienten freuen sich nach einer Operation über neue Lebensqualität und einen Alltag ohne Schmerzen. „Es gibt jedoch auch einzelne Fälle, in denen der Gewinn einer Operation im Vergleich zum Risiko nicht zu rechtfertigen ist“, erklärt Professor Schürmann. Der Chirurg weist darauf hin, dass allen Patienten, denen eine derartige Operation empfohlen wird, ein Recht darauf haben, sich eine ärztliche Zweitmeinung einzuholen (siehe nebenstehender Artikel).

Hilfe durch Schmerztherapie

Neuropathische Schmerzen sind besonders schwierig zu behandeln



Neuropathische Schmerzen sind sehr schwer zu behandeln, weil sie direkt an den Nerven entstehen. Hier kann unter Umständen eine Schmerztherapie helfen.

Foto: peterschreiber.media - stock.adobe.com/

Leidet ein Patient unter neuropathischen Schmerzen, sind es nicht etwa Gelenke oder Muskeln, die die Beschwerden verursachen, sondern der Schmerz geht direkt von den Nerven aus. „Diese Schmerzen sind sehr schwierig zu behandeln“, weiß Professor Schürmann. Im Rahmen der Schmerztherapie kommen neben speziellen Medikamenten beispielsweise auch interventionelle Verfahren am Rückenmark zum Einsatz, die den Schmerz unterdrücken. „Wir können in diesem Fall nicht die Ur-

sache behandeln“, erklärt der Professor, „sondern nur den Schmerz selbst.“ Es gelte sozusagen den Körper „auszutricksen“. Dazu brauche es spezielles Know-how, mit dem am Sana Klinikum ein interdisziplinäres Schmerzteam um Schmerztherapeutin Dr. Katrin Schöche chronische Schmerzpatienten betreut. Beim Einsatz der Medikamente ist die richtige Dosierung wichtig. Opioide können abhängig machen und bei Überdosierung gefährliche Nebenwirkungen verursachen.

„Nicht geeignet ist die Schmerztherapie für all die Patienten, deren Probleme man anders lösen kann“, betont Professor Schürmann. Und das sind immerhin rund 90 Prozent der Patienten. Überall da, wo man das Problem direkt angehen könnte – durch althergebrachte Therapien oder eine Operation – sollte man das auch tun. Die Schmerztherapie ist für Patienten gedacht, die an neuropathischen Schmerzen leiden, und denen mit konventionellen Methoden nicht geholfen werden kann.