

13.03.2018

Die schmerzende Hüfte

Dr. A. Anastasiadis

1. ARTHROSEGRUNDLAGEN

DEFINITION, DEMOGRAPHIE, URSACHEN

Was ist eine Arthrose?

Eine Arthrose ist eine (Verschleiß) Erkrankung des Gelenkes (arthros = Gelenk).

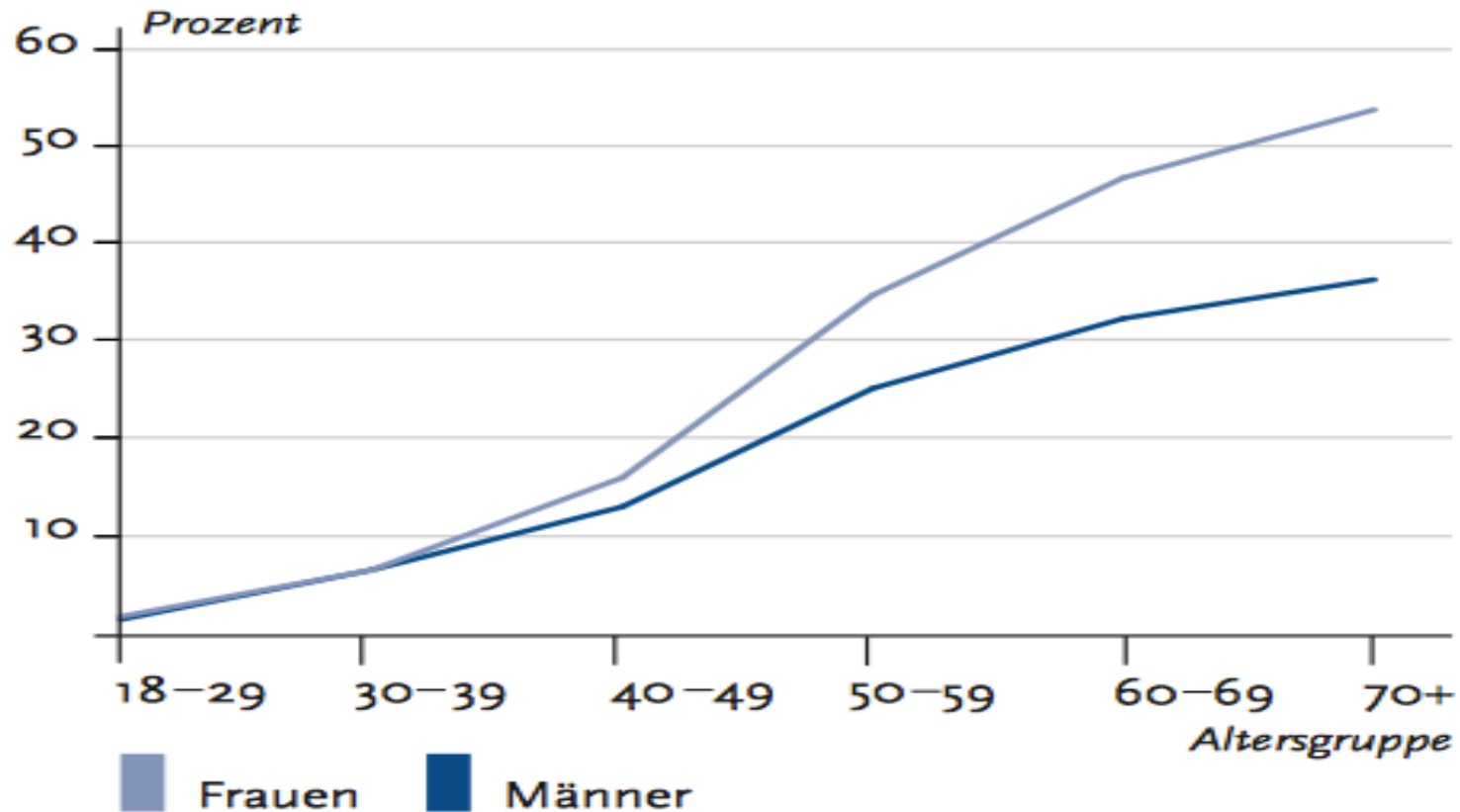
Definition

Die Arthrose betrifft Knorpel-, Knochen- und Weichteilstrukturen eines Gelenkes und bedeutet eine bleibende, krankhafte Veränderung des Gelenks

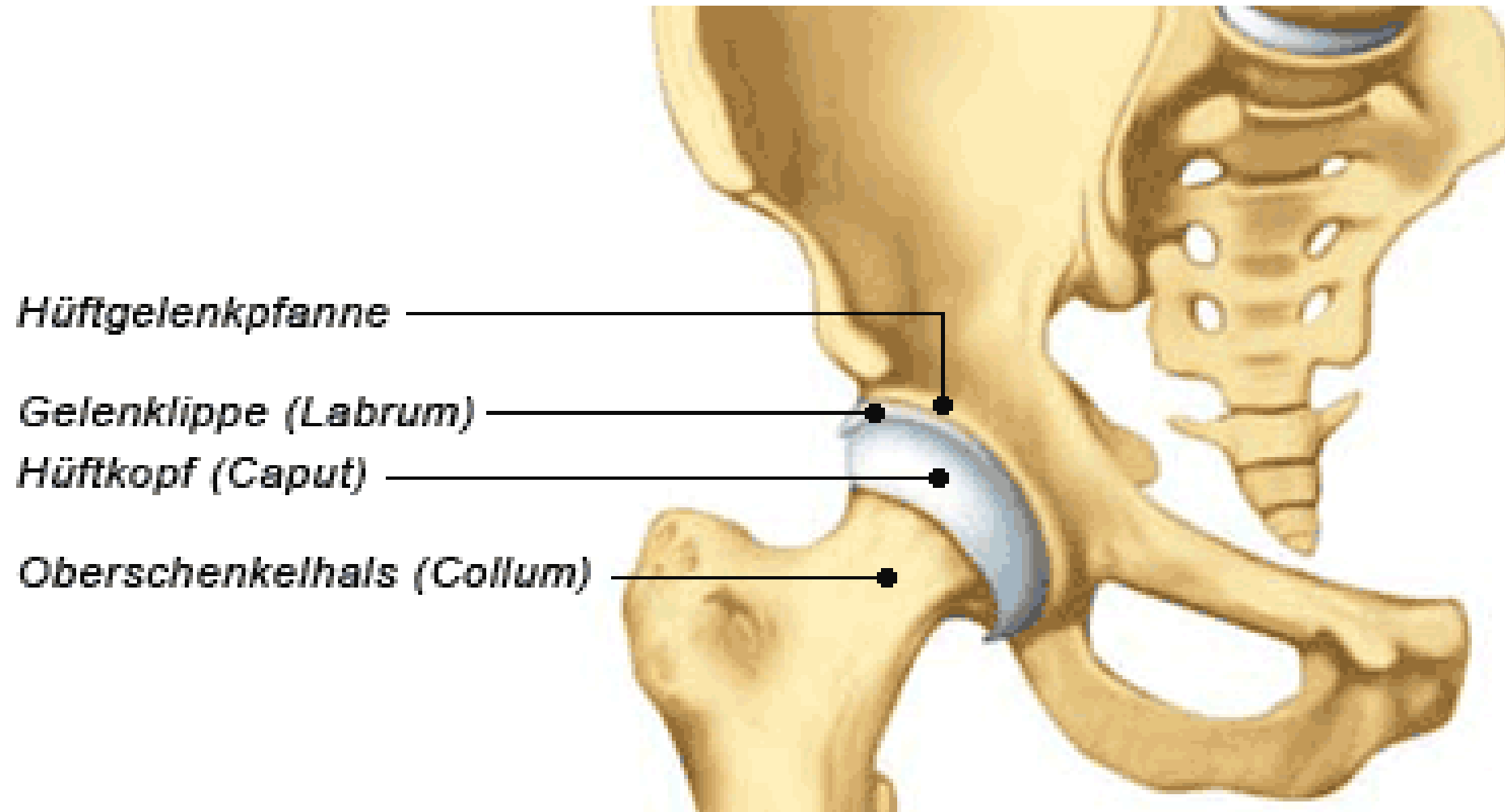
**Weltweit häufigste Gelenkerkrankung
Deutschland: 5-6 Mio Arthrosekranke**

Arthroseentwicklung im Alter

Abbildung 3
Lebenszeitprävalenz der Arthrose
Datenbasis: GEDA 2010



Hüftgelenk



Ursachen

- Altersbedingt (primär)
- Verletzungsfolge
- Medikamentös (Kortison)
- Angeboren (Dysplasie)
- Rheumatisch

Wer ist Arthrose-gefährdet?

- Risikofaktoren:**
- Alter und Geschlecht
 - Übergewicht und Überlastungen
 - Erbliche Veranlagung
 - Vorerkrankungen (Stoffwechsel)
 - Gelenkverletzungen
 - Deformitäten (Dysplasie)
 - Entzündlicher Rheumatismus

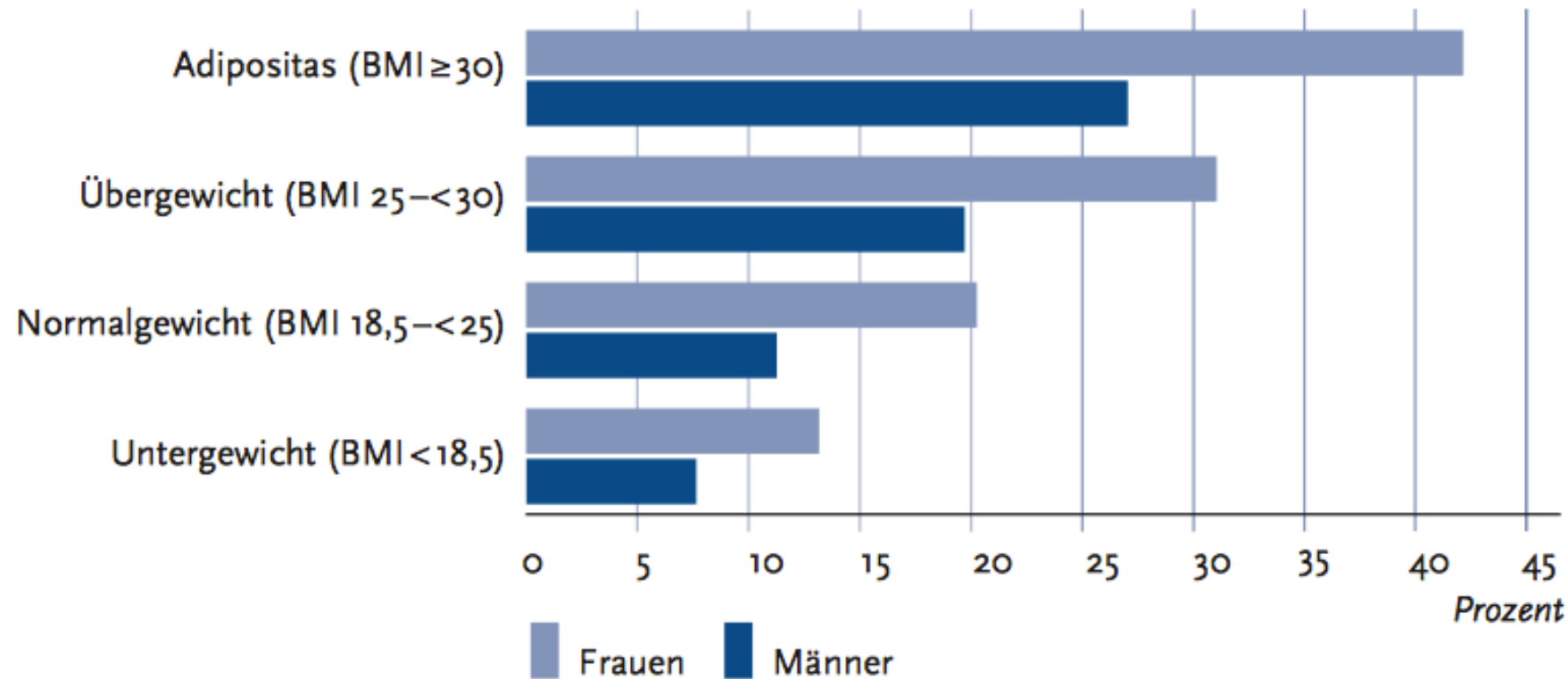
Arthrose und Körpergewicht

Abbildung 4

Lebenszeitprävalenz der Arthrose nach Body-Mass-Index (BMI)

(Nach Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO))

Datenbasis: GEDA 2010

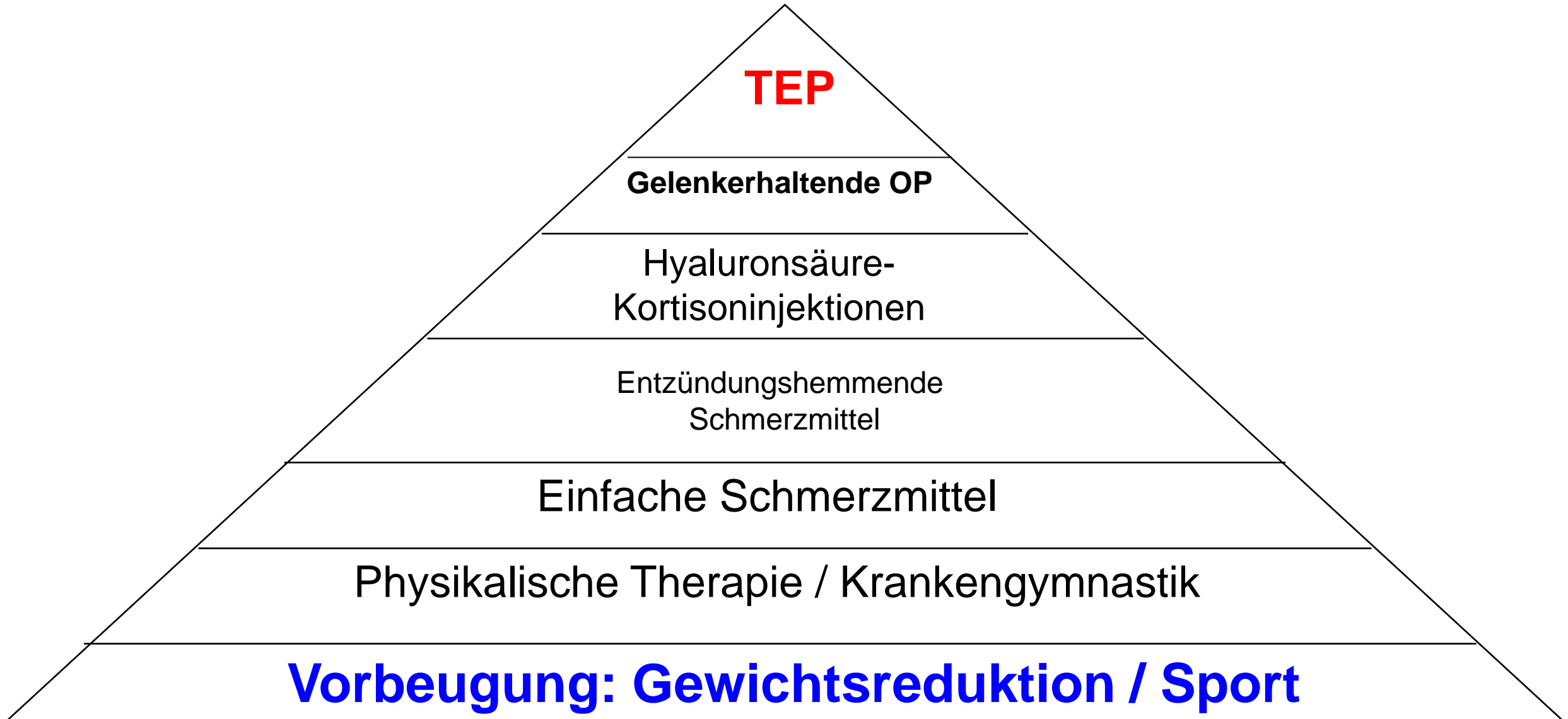


Arthrose

Beschwerden:

- Gelenksteifigkeit (morgens)
- Erst Belastungs-, bzw.
Anlaufschmerzen, dann
Ruhe- und Nachtschmerzen
- Eingeschränkte Beweglichkeit
- Unsicherheit und Kraftverlust

Behandlungsmöglichkeiten der Arthrose



2. THERAPIEMÖGLICHKEITEN (KONSERVATIV/OPERATIV)

Konservative Behandlungsmaßnahmen

-Krankengymnastik:

Verstärkung der umgebenden Gelenkmuskulatur →
Gelenkentlastung

-Ernährung: Vermeidung von Übergewicht

-Balneologische Maßnahmen:

Wärme-Kälteanwendungen, Wassergymnastik ...

-Schmerzmittel (entzündungshemmend)

-Elektrotherapie (TENS)

-Akupunktur

-Injektionen: (Hyaluronsäure, Kortison)

-Nahrungsergänzungsmittel: (Glukosamin)

kein Vorteil nach 18 Monaten gg. Placebo

Operative Verfahren

Arthroskopie (=Spiegelung)

Knorpelglättung-Spüllung (Anfangsstadium)

VS

Totalendoprothese (TEP) /

Hemiprothese

Gelenkersatz (Spätstadium)

Zahlen

Deutschland:



>200.000 Hüftprothesen
>150.000 Knieprothesen
>50.000 Wechsel

-Patienten mit Hüft- oder Knieprothese im Mittel 5 Jahre <62J)
-Mittlere Standzeiten

Hüfte: 15J
(>95% nach 10 Jahren)

3. WAS MUß DER PATIENT ÜBER DIE OPERATION WISSEN (ALGORITHMUS FÜR DEN PATIENTEN)

Was kommt auf mich zu ???

Behandlungsplan:

-Vorbereitung	1d
-Op Tag	1d
-Nachbehandlung, Reha	4 Wochen
-Kontrollen	6 Wo nach OP
-Haltbarkeit	ca. 15 Jahre

Gesamtdauer:

ca. 3-6 Monate postoperativ

-> Belastbarkeit, wie vorher

Vorbereitung

-Aufnahme am Tag vor der Operation:

- Bildgebung
- Blutentnahme
- EKG
- Narkoseaufklärung
- Operationsaufklärung/ Aufklärung über Blutprodukte
- Körperpflege-Waschung

OP-Tag

- Überwachung im Aufwachraum
- Verlegung auf die Station
- Schmerztherapie (Infusion)
- Blutwertkontrollen
- Kreislaufüberwachung

Nachbehandlung

- In der Regel Vollbelastung an Unterarmgehstützen
- Frühzeitige Mobilisation ab 1. Tag
- Lymphdrainage
- Thromboseprophylaxe
 - als Spritze - Hüft-TEP: 4 Wochen
 - Knie-TEP: 2 Wochen

Rehabilitation

Einleitung über den Sozialdienst unserer
Klinik direkt nach der Operation

Ambulant/Stationär

·Direktverlegung in die Reha-Klinik

Oder:

·zunächst nach Hause, dann kurzfristig
Antritt der Rehabilitation

Kontrollen

1. Vorstellung nach Reha-Maßnahme
(ca. 6-12 Wo. nach Operation)
2. Röntgenkontrolle n. 3 Mon. & 1 Jahr
3. Im weiteren Verlauf jährliche klinische
und radiologische Kontrollen empfohlen
4. *Bei Beschwerden sofort!*

Komplikationen bei Hüft-TEP

- Infektion 1-2% primär, Wechsel: höher**
- Lockerung (sept. + asept.)
- Instabilität
- Knochenbruch um eine Prothese
- Implantatbruch (Inlay)
- Verkalkungen um das Gelenk
- Thrombose, Gefäß- Nerven,-Sehnenverl.
- Schmerzen

Empfehlungen

- Gelenkverschleiß vorbeugen
- Sport: Radfahren, Schwimmen, Walken, Aquajogging, Skilanglauf
- Ausgewogene Ernährung – Gewicht !
- Osteoporose behandeln lassen !
- Zum niedergelassenen Orthopäden
- So lange es geht mit den eigenen Gelenken auskommen !**

Zusammenfassung

Den Zeitpunkt der Operation bestimmen

SIE!