

Aktive Menschen erleiden häufiger Schulterluxationen – schonende Operationsmethode macht schnell wieder beweglich

Ob beim Mountainbiken, beim Judo oder beim Hantelstemmen – aktive Menschen kennen das Problem von Schulterluxationen (Verrenkungen des Gelenks). Fast zwei Prozent der Bevölkerung erleiden im Laufe ihres Lebens eine sogenannte symptomatische Schulterinstabilität. Tendenz steigend. Männer sind dreimal so häufig betroffen, vor allem jüngere. Mit einer schonenden Operationsmethode ermöglicht man den Patienten am Ordensklinikum Linz rasch wieder Beweglichkeit und Stabilität in der Schulter.

„Die traumatische Schulterluxation passiert sehr oft im Zuge von sportlichen Aktivitäten oder Unfällen. Man kennt das von Kontaktsportarten wie Karate oder Judo, vom Radfahren mit oder ohne E-Bike und vom Fußball. Doch auch beim Kraftsport und im Fitnessstudio können Verletzungen der sogenannten Gelenkklippe entstehen, was zu einer Instabilität führen kann“, sagt Oberarzt Priv.-Doz. DDr. Reinhold Ortmaier, stellvertretender Abteilungsvorstand der Orthopädie am Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern. Er sieht in den vergangenen Jahren einen Anstieg von Schulterverletzungen. Das sehe man an Patienten- und Operationszahlen. *„Die Menschen werden aktiver, Risikosportarten beliebter und die Zahl der E-Biker steigt ständig“,* nennt der Orthopäde Gründe für die Zunahme. Die meisten Patienten seien männlich und zwischen 20 und 35 Jahren alt.

Für die Abklärung sind neben Anamnese und klinischer Untersuchung Röntgen, Magnetresonanzuntersuchung (MRT) und Computertomografie (CT) notwendig. *„Ist lediglich die Gelenkklippe eingerissen, reicht es aus diese arthroskopisch zu nähen. Fehlt aber auch ein Stück vom Knochen der Pfanne, muss dieser wiederaufgebaut werden“,*

sagt Oberarzt Ortmaier. Er setzt dafür ein sehr schonendes Verfahren – die J-Spanplastik – ein, das eine hohe Rückkehr-Rate zum Sport verspricht und ausgezeichnete Stabilitätsraten aufweist.

Bei dieser Operationsmethode (J-Spanplastik) wird die Anatomie des Gelenks nicht verändert und es muss kein Fremdmaterial wie Schrauben oder Ähnliches verwendet werden. *„Sie kommt dann zur Anwendung, wenn durch die Luxation – also durch die Verrenkung des Gelenkes – die Gelenkpfanne Knochen verliert und es dadurch zu einer dauerhaften Instabilität des Gelenks kommt“*, erklärt Oberarzt Priv.-Doz. DDr. Reinhold Ortmaier, Facharzt für Orthopädie, Traumatologie und Unfallchirurgie. *„Es wird dabei ein Stück Knochen vom Becken entnommen und entweder über einen kleinen Schnitt oder arthroskopisch assistiert an der Gelenkpfanne eingebracht.“* Die Methode wird im Ordensklinikum Linz seit einigen Jahren angewendet.

Patient Gerald Hraba ist wieder voll beweglich

Von der J-Spanplastik profitierte bereits 2018 Gerald Hraba (45) aus Reichenau im Mühlkreis. Nach einem eher harmlosen Sturz über die Treppe hatte er sich die linke Schulter ausgekegelt. Er konnte sie zwar vorerst selbst wieder einrenken, es war aber ein Knochenstück aus der Pfanne gebrochen und das instabile Gefühl blieb. Der Servicetechniker im Industriebau, der schwere körperliche Arbeit verrichtet, kam ins Ordensklinikum Linz und wurde von Oberarzt Ortmaier mittels J-Spanplastik-Methode operiert.

„Das hat sehr gut funktioniert. In den ersten drei Wochen wurde mein Arm mit einer Schulterschlinge ruhiggestellt, ich machte Physiotherapie und durfte bis an die Schmerzgrenze belasten“, berichtet Gerald Hraba. Nach knapp zwei Monaten konnte er bereits Skifahren. *„Nach drei Monaten war alles vergessen. Die Kraft ist wieder da, ich kann auch wieder Fußball und Tennis spielen und Radfahren. Vielleicht kann ich den Arm nicht mehr ganz so hochheben wie vorher und nicht so schnell kreisen, aber das ist keine Einschränkung für mich. Ich bin nicht einmal wetterfühliger im Gelenk“*, sagt Gerald Hraba.

Volle Beweglichkeit in mehr als 90 Prozent der Fälle

Auch die Forschungsergebnisse hinsichtlich Funktion und der Rückkehr zum Sport sind ausgezeichnet. *„Da kein Fremdmaterial verwendet werden muss, das Probleme machen könnte, sind die Komplikationen im Vergleich zur ansonsten gängigen Methode, der sogenannten Latarjet-Operation harmloser. Die Anatomie des Gelenkes wird nicht verändert und darüber hinaus wird der Muskel, der für die Innenrotation verantwortlich ist, nicht so stark geschädigt, sodass die Patienten nach der OP eine stärkere Innenrotationsfähigkeit haben“*, sagt Oberarzt Ortmaier.

Die Operation dauert rund eine Stunde, nach drei Tagen können die Patienten das Krankenhaus mit einer Bandage verlassen, die sie drei Wochen tragen müssen. Danach dürfen sie sich wieder frei bewegen und die Belastung aufbauen. Volle sportliche Aktivität ist nach 12 Wochen erlaubt. *„Manchmal bleibt eine minimale Außenrotations-einschränkung, die aber nicht merklich ist. Man kann also sagen, dass die volle Beweglichkeit und volle Stabilität in weit über 90 Prozent der Fälle erreicht werden können, das ist wissenschaftlich belegt“*, sagt Orthopäde und Unfallchirurg Dozent DDr. Reinhold Ortmaier.

Die Tipps des Mediziners, um Schulterverletzungen möglichst zu vermeiden, lauten: *„Wärmen Sie sich gut auf, achten Sie auf ein gutes Muskel-Korsett rund um die Schultern und bleiben Sie beim Training stets konzentriert.“*

Orthopädisches Expertenzentrum

An der Orthopädischen Abteilung am Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern stellt die Behandlung von Schulterverletzungen und Verschleißerscheinungen einen Schwerpunkt dar. Darüber hinaus ist die Abteilung zertifiziertes Endoprothetikzentrum und aufgrund der langjährigen Erfahrung und der hohen Fallzahlen, von rund 2.900 Operationen pro Jahr, eines der orthopädischen Expertenzentren in Österreich. Neben künstlichem Gelenkersatz, Sportorthopädie, Schulter- und Fußchirurgie sowie konservativer Orthopädie zählt die Kinder- und Neuroorthopädie zu den Schwerpunkten.

Nähere Informationen zur Orthopädischen Abteilung am Ordensklinikum Linz unter der Leitung von Prim. Priv.-Doz. Dr. Josef Hochreiter: www.ordensklinikum.at/orthopaedie

Rückfragehinweis für Journalisten:

Andrea Fürtauer-Mann

andrea.fuertauer-mann@ordensklinikum.at

+43 664 8854 1564

www.ordensklinikum.at