

Wie wird die Arthrose diagnostiziert?

Zu Beginn steht die körperliche Untersuchung und das Gespräch mit dem Patienten, da es auch viele andere Erkrankungen gibt, die Schmerzen in den Gelenken verursachen können. Veränderungen am Knochen und der Abnutzungsgrad können durch eine Röntgenuntersuchung festgestellt werden. Zudem können auch Laborbefunde und Ultraschalluntersuchungen zur Diagnosestellung eingesetzt werden.



Wie kann die Arthrose behandelt werden?

Eine Therapie, die die Ursachen der Arthrose behebt, gibt es nicht. Entscheidend ist, dass die Gelenke entlastet werden, das heißt auch: Übergewicht reduzieren. Bewegung – ohne Belastung der Gelenke – spielt bei der Behandlung ebenfalls eine große Rolle. Gut geeignet sind zum Beispiel Rad fahren oder Schwimmen.

Im Rahmen der **medikamentösen Schmerztherapie** kommen schmerzlindernde und entzündungshemmende Medikamente zum Einsatz.

Eine **Operation** wird häufig im Bereich des Knie- oder Hüftgelenks durchgeführt. Das geschädigte Gelenk wird durch ein Gelenk aus hochwertigem Metall und Kunststoff ersetzt.

Bei der **Arthroskopie** werden die angegriffenen Knorpelflächen mittels einer Sonde wieder geglättet. Eine Arthroskopie kann nur durchgeführt werden, wenn der Knorpel zwar angegriffen, aber noch nicht entzündet ist.

Darüber hinaus können verschiedene weitere Maßnahmen eine Erleichterung der Beschwerden bringen:

Physikalische Therapie, d.h. Therapie mit physikalischen Maßnahmen: z.B. Krankengymnastik, Sporttherapie, Ergotherapie, Massagen sowie Wärme und Kälte.

Kassenärztliche Vereinigung –
die Dachorganisation der
niedergelassenen Ärzte und
Psychotherapeuten in Berlin

Fortsetzung Seite 2

Bei der Suche nach einem Facharzt für Orthopädie in Ihrer Nähe hilft Ihnen auch die Kassenärztliche Vereinigung Berlin weiter: Unter der Rufnummer 31 00 32 22 erreichen Sie unseren Gesundheitslotsendienst.

Die physikalische Therapie hat den Vorteil, dass sie auch bereits zur Vorbeugung eingesetzt werden kann.

Orthopädietechnik: z.B. Handstock, Pufferabsätze, Innenrand-erhöhungen der Schuhe bieten weitere Möglichkeiten der Entlastung.

So können Sie der Arthrose vorbeugen:

- Bauen Sie Übergewicht ab, denn jedes überflüssige Kilo belastet Ihre Gelenke unnötig
- Meiden Sie Fehl- und Überbelastungen der Gelenke
- Bewegen Sie sich: Günstig sind beispielsweise Schwimmen, Rad fahren, Langlauf. Ungünstig sind alle Sportarten, bei denen das Gelenk stark und abrupt belastet wird, so z.B. Fußball, Tennis, Squash oder Laufen.

Bei der Suche nach einem Facharzt für Orthopädie in Ihrer Nähe hilft Ihnen auch die Kassenärztliche Vereinigung Berlin weiter: Unter der Rufnummer 31 00 32 22 erreichen Sie unseren Gesundheitslotsendienst.