

Meniskusschaden

Der Meniskus gehört zu den Problemzonen im Knie. In jedem Kniegelenk befinden sich zwei Menisken: Innen und Außen. Dabei handelt es sich um halbmondförmige Knorpelscheiben, die als Stoßdämpfer, Stabilisatoren und Druckverteiler fungieren.

Ein Meniskusschaden kann ein verletzungsbedingter oder verschleißbedingter Riss im Meniskus sein. Manchmal ist es auch eine Kombination von beidem.

Ein Riss im Meniskus führt zu einer Verminderung der abdämpfenden und stabilisierenden Funktion im Gelenk. Je nach Lokalisation, Größe und Art des Risses kann das Ausmaß der Symptomatik sehr variieren.

Bei akuten Verletzungen schießt der Schmerz oft spürbar ein, während verschleißbedingte Meniskusschäden meist erst später erkannt werden, da sich die eher dumpfen Schmerzen zunächst nur bei Belastung einstellen und nur langsam zunehmen. Weitere Symptome wie z.B. Schwellungen und Bewegungseinschränkung bis hin zu Blockaden des Gelenks können auftreten.

Grundsätzlich zielt die Meniskusriss-Behandlung darauf ab, die Schmerzen zu lindern oder zu beseitigen, die Beweglichkeit und Belastbarkeit des Kniegelenks wiederherzustellen.

Die Erstversorgung von akuten Knieverletzungen sollte nach der sogenannten PECH-Regel (Pause, Eis, Compression, Hochlagern) erfolgen.

Anschließend erfolgt die konservative Therapie wie medikamentöse Behandlung, Krankengymnastik, Elektrotherapie und Hilfsmittelverordnung z. B. Gehhilfen und Kniebandagen durch den Arzt und ggf. auch Injektionen in das Gelenk mit einem entzündungshemmenden Mittel.

Bei den Überlegungen zu einer Meniskusoperation spielen viele Faktoren eine Rolle, so z.B. die Intensität der Schmerzen, der Leidensdruck, die Größe des Meniskusrisses sowie eventuelle Begleitverletzungen wie z.B. ein Kreuzbandriss oder Knorpelschäden.

Die Diagnose kann mit einem Kernspintomogramm sichergestellt werden.

Die Operation erfolgt per Gelenkspiegelung, also in der sog. „Schlüssellochtechnik“, die nur sehr kleine Schnitte benötigt. Es wird dabei der Meniskus entweder genäht in Abhängigkeit von Art und Lokalisation des Risses oder es wird der verletzte Anteil des Meniskus entfernt und der verbleibende Meniskus geglättet.

Ayham Alzuabi Arzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, LVR-Klinik für Orthopädie Viersen

