

PRESSEMITTEILUNG

Ein komplexes Gelenk

Infoveranstaltung und Interview: Sportverletzung am Knie

Fußball, Trampolinspringen, Laufen – unsere Knie werden immer wieder belastet. Was aber, wenn es zu einer Verletzung kommt? Hilft dann nur eine OP? Aufklären über das Thema werden die Oberärzte Dr. Hubertus Schmitt und Ayham Alzuabi bei einer Veranstaltung der LVR-Klinik für Orthopädie Viersen. Vorab beantworten sie erste Fragen im Interview.

Man hört oft von Sportverletzungen am Knie. Ist das Knie denn generell einfach besonders gefährdet, sozusagen eine besondere Schwachstelle – und wenn ja, warum?

Ayham Alzuabi: Circa 30 Prozent aller Sportverletzungen betreffen das Kniegelenk. Dabei können Bänder, Menisken, Knochen und Knorpel betroffen sein. Häufig werden mehrere Strukturen gleichzeitig geschädigt. Die Verletzung hängt von der Kraftverteilung auf das Gelenk, aber auch von der momentanen Beuge- oder Streckstellung des Gelenks zum Zeitpunkt der Verletzung ab. Als größtes Gelenk des Körpers mit seiner Rolle als Dreh- und Scharniergelenk ist das Knie extremen Kräften ausgesetzt.

Kann man die Knie vorbeugend stärken?

Dr. Hubertus Schmitt: Grundsätzlich von Vorteil ist ein guter Trainingszustand für die jeweilige Sportart. Zum Beispiel sollte man vor einem geplanten Skiurlaub eine gezielte Trainingsvorbereitung für die hierfür besonders beanspruchte Muskulatur durchführen. Außerdem ist es wichtig, sich vor dem Sport aufzuwärmen und die Muskulatur zu dehnen.

Welche Sportarten gelten als belastend für das Knie – und welche wiederum sind zu empfehlen?

Dr. Hubertus Schmitt: Besonders kniebelastend sind sogenannte Stop-and-Go-Sportarten mit häufigem Gegnerkontakt, wie Fußball, Handball oder auch Rugby. Zu den knieschonenden Sportarten gehören beispielsweise Fahrradfahren, Schwimmen und Nordic Walking.

Was kann beim Knie generell „kaputt gehen“?

Dr. Hubertus Schmitt: Unser Knie ist ein komplexes Gelenk. Am häufigsten verletzt werden Innen- und Außenmeniskus, das vordere Kreuzband und der Gelenkknorpel. Innen- und Außenband und auch das hintere Kreuzband sind seltener betroffen.

Der Kreuzbandriss ist der „Klassiker“ schlechthin – welche Behandlungsmethoden gibt es hier?

Dr. Hubertus Schmitt: Beim aktiven Patienten ohne wesentliche Kniearthrose sollte das vordere Kreuzband operativ ersetzt werden. Wir bieten in unserer Klinik ein etabliertes minimalinvasives operatives Verfahren mit kurzem Krankenhausaufenthalt an. Beim älteren Patienten ohne Knieinstabilität und ohne sportlichen Anspruch kann auch ein konservatives Vorgehen sinnvoll sein.

PRESSEMITTEILUNG

Können Sportverletzungen am Knie zu einer Arthrose führen?

Ayham Alzuabi: Hier ist die Antwort eindeutig: ja. Jede Verletzung oder nicht behandelte Schädigung am Kniegelenk kann den Gleit-Drehmechanismus stören. Dies führt zu einer Fehlverteilung der Belastung auf die Kniegelenkknorpel und zerstört diese. Es entsteht schließlich ein vorzeitiger Knorpelverschleiß im Kniegelenk, also Arthrose.

Schönen Dank für das Gespräch.

Termin:

„Sportverletzungen am Knie“ ist eine Infoveranstaltung für alle Interessierten. Referieren werden Leitender Oberarzt Dr. Hubertus Schmitt und Oberarzt Ayham Alzuabi. Die Veranstaltung findet statt am **Dienstag, 18. April, 16.30 Uhr, im Festsaal der LVR-Klinik für Orthopädie Viersen**. Die Teilnahme ist kostenfrei, eine Voranmeldung nicht notwendig. Bei Rückfragen wenden Sie sich gerne an das Marketing-Team der Klinik unter 02162/ 96-6316.

Zeichenzahl:

Pressemitteilung mit Leerzeichen: 2.961

Weitere Informationen:

Dirk Kamps, Telefon 02162 96-6244

E-Mail: dirk-p.kamps@lvr.de.

PRESSEMITTEILUNG

Die LVR-Klinik für Orthopädie Viersen besteht seit über 100 Jahren am Standort Viersen-Süchteln. Ursprünglich als orthopädische Kinderklinik im Jahre 1921 gegründet, versorgt sie heute jährlich etwa 3500 Patientinnen und Patienten aus dem gesamten Rheinland mit modernsten Methoden der orthopädischen Chirurgie. Das Endprothetikzentrum der Maximalversorgung hat 78 Betten und rund 140 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Träger der LVR-Klinik für Orthopädie Viersen ist der Landschaftsverband Rheinland (LVR).



Dr. Hubertus Schmitt (Leitender Oberarzt, I.) und Ayham Alzuabi (Oberarzt) informieren über das Thema „Sportverletzungen am Knie“. Hierzu findet am 18. April eine Infoveranstaltung statt.

Foto: LVR-Klinik für Orthopädie Viersen

Nutzung im Zusammenhang mit dieser Pressemitteilung honorarfrei.