Hilfe bei schwerer Kniearthrose

Dank modernem Verfahren
ENDLICH SCHMERZFREI

Vor fünf Jahren humpelte Ingrid Radke (59, Name von der Red. geändert) in die Sprechstunde von Dr. Frank Styra. Eine schlimme Kniearthrose schränkte die Münchnerin ein. Die Sorge der leidenschaftlichen Squash-Spielerin vor einem künstlichen Gelenk konnte der Orthopäde ihr nehmen – mithilfe moderner Plasma-Injektionen.

Seit über 40 Jahren spielt Ingrid Squash. Und spätestens seitdem die ehemalige Schulungsleiterin nicht mehr arbeiten muss, ist das Ballspiel zum festen Bestandteil ihres Lebens geworden.

Vor diesem Hintergrund war Ingrid Radke nicht besonders motiviert, zügig zum Arzt zu gehen, als sich Mitte 2013 im rechten Knie die ersten brennend-beißenden Beschwerden einstellten. „Ich bin generell kein Mensch, der mit jedem Zipperlein zum Doktor läuft," räumt sie ein. „Doch diesmal konnte ich mir vorstellen, was die erste Maßnahme wäre: mir meinen geliebten Sport zu verbieten. Deshalb ignorierte ich alle Qualen, die sich während und nach des Spielens einstellten. Als es Anfang 2014 dann wirklich nicht mehr ging, entschloss ich mich, zum Orthopäden zu gehen."

Der Zufall kam der damals 54-Jährigen zugute. Im Fernsehen sah sie eine Gesundheitssendung mit dem renommierten Sportmediziner

„Ich wollte meinen geliebten Sport auf gar keinen Fall aufgeben!"

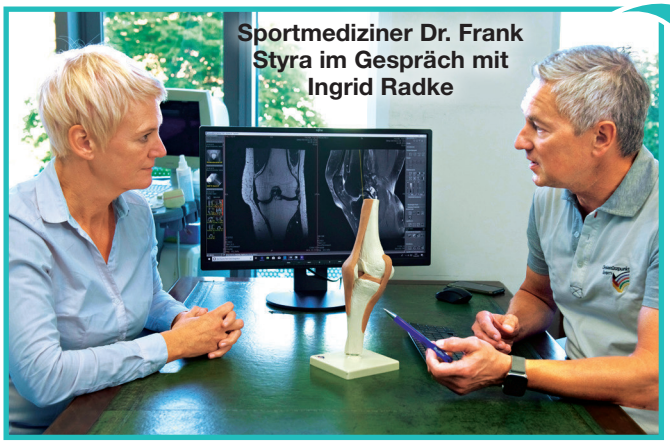
Dr. Frank Styra aus München. Der leitende Orthopäde am Olympia-Stützpunkt Bayern war zum Thema Hyaluronsäure-Injektionen bei Arthrose ins Studio eingeladen worden. „Gleich am nächsten Tag rief ich in der Orthopädie am Stiglmaierplatz an, ließ mir einen Termin geben.

Nach einer ersten Kernspin-Untersuchung ist das Thema „Sportverbot" oder – schlimmer noch – „Kniegelenkersatz" seitens Dr. Styra erstmal vom Tisch. Aber auch das Thema „Hyaluron" steht für den Orthopäden nicht im Fokus. „Aufgrund des Grades des Gelenkverschleißes wollte ich bei der Patientin den Fokus auf Reparatur und nachhaltige Erholung des Gelenks legen."

Dazu steht in Deutschland seit kurzem ein spezielles Aufbereitungsverfahren des patienteneigenen Blutes zur Verfügung – die so genannte ACP Plasmatherapie (mehr zu dem Verfahren finden Sie auf S. 62). Ingrid Radke ist von dem Therapievorschlag sofort überzeugt. „Die Idee, körpereigene Zellen zu verwenden, war mir irgendwie gleich sympathisch", berichtet sie. „Die Behandlung ist dabei relativ simpel: Aus der Armbeuge wird mir etwa 15 Milliliter venöses Blut für die sterile Doppelkammer-Spritze entnommen."

„In der Praxis haben sich – je nach Größe des Gelenks – drei bis sechs Injektionen innerhalb einer Woche bewährt. Danach raten wir alle drei Monate zur Auffrischung der biologischen Therapie", erklärt Dr. Frank Styra. „Die Wirkung setzt nach etwa zwei Wochen ein." So auch bei Ingrid. „Ich bemerkte, dass das Gelenk schlanker wurde und dass ich mein rechtes Bein wieder besser belasten konnte. Nach vier Wochen Trainingspause fing ich dann langsam wieder mit dem Squash an. Und die Schmerzfreiheit hielt an!"

Fünf Jahre sind seitdem vergangen. „Alle zwei, drei Monate gehe ich zu Doktor Styra und hole mir eine Auffrischung. Klar, gibt es deutlich schönere Dinge als eine Spritze ins Knie. Aber schlimmere gibt es auch!"



Sportmediziner Dr. Frank Styra im Gespräch mit Ingrid Radke

Fotos: www.medizin-reporter.blog (4)

Arthrose – ACP-Therapie kann helfen

Schmerzen lindern mit dem EIGENEN BLUT

50% der Frauen und 30% der Männer ab 60 sind von schmerzenden Gelenken betroffen

Arthrose ist deutschlandweit die Gelenkerkrankung Nummer eins. Es handelt sich dabei um einen Verschleiß des Gelenks, der mit einer Knorpelschädigung einhergeht. Rund fünf Millionen Menschen sind aktuell davon betroffen, zwei Millionen von ihnen leiden täglich unter erkrankungsbedingten Schmerzen. Besonders häufig tritt Arthrose in Händen, Knien und Hüften auf, sie kann aber auch in allen anderen Gelenken entstehen.

• Hohe Beanspruchung oder Fehlstellungen

Die Ursachen liegen in langjähriger hoher Beanspruchung, alten Verletzungen oder in einer Schwäche bzw. Fehlstellung des Gelenks. Insbesondere ältere Menschen sind darum von Arthrose betroffen: Ab dem 60. Lebensjahr tritt sie bei 50 Prozent der Frauen und 30 Prozent der Männer auf. Für sie sind die Symptome sehr belastend: Die schmerzenden Gelenke schränken die Mobilität ein und vermindern die Lebensqualität.

• Weniger Schmerzen

Arthrose ist zwar nicht vollständig heilbar, die sogenannte ACP-Therapie bietet jedoch die Möglichkeit, dem Knorpelabbau entgegenzuwirken und die Schmerzen zu lindern. Die Abkürzung ACP steht für „Autologes Conditioniertes Plasma“, eine speziell aufbereitete Form des Eigenbluts. Körpereigene Wirkstoffe wie Blutplättchen und Wachstumsfaktoren können die Zellregeneration fördern und dadurch einen positiven Einfluss auf leichte bis mittelschwere Arthrose (Grad I–III) haben.

• Biologisch und gut verträglich

Das aufbereitete körpereigene Blutplasma enthält die zwei- bis dreifache Konzentration an Blutplättchen. Diese setzen nach der Injektion Wachstumsfaktoren frei, die den Wiederaufbau des verletzten Gewebes starten und Schmerzen auf natürlichem Wege lindern können. Die Therapie ist zu 100 Prozent biologisch und daher verträglich, da die Wirkstoffe ausschließlich aus dem eigenen Körper stammen und nichts zugesetzt wird. Die Anwendung erfolgt ambulant und dauert in der Regel 15 bis 30 Minuten.

Fotos: ©Shutterstock.com (4)/Picture-Alliance – dpa (1)/Instagram (1)