# WOCHE geninder 19/10

Drei mögliche Therapien bei Rhiz-Arthrose

Wenn der Daumen nicht mehr greifen will

Halten, greifen, drehen. Ohne Daumen ist all das unmöglich. Leider ist das Daumen-Gelenk an der Handwurzel anfällig für schmerzhafte Abnützungen. Drei Experten stellen Therapien vor, um den Daumen schmerzfrei und wieder einsatzbereit zu machen.

Er ist der erste und stärkste Finger an der Hand und, wie Untersuchungen zeigten, der wichtigste, denn bei einem Viertel all unserer Tätigkeiten ist der Daumen beteiligt. Die große Beweglichkeit des ersten Fingers verdanken wir einer in unserem Körper einzigartigen Konstruktion, dem sogenannten Sattelgelenk, die Verbindungsstelle zwischen Daumen und Handgelenk.

Die häufige Belastung des Daumens über die Jahre führt häufig zur Überlastung dieses Gelenks. Die zarte Knorpelschicht wird mit der Zeit dünner und alte Verletzungen sowie bei Frauen die hormonellen Umstellungen beschleunigen mit fortschreitendem Alter die Abnützung des Gelenks. Es kommt zu schmerzhaften Abnützungen.

Frauen sind von diesem Leiden, der Rhiz-Arthrose, deutlich häufiger betroffen. In der Post-Menopause ist es jede vierte, die aufgrund der starken Schmerzen an der Daumen-Basis kaum noch halten, greifen, bewegen und drehen kann. Drei Experten stellen Therapien vor, wenn Salben, Medikamente, Ruhigstellung und Physiotherapie allein nicht mehr helfen.

Bitte blättern Sie um!

## Aus dem Inhalt

	Seite
Pflanzenkraft für die Frau	65
Gut zu Fuß durch den Frühling	66
Zu viele Medika- mente für Senioren	68
Schmerzen nach de Entfernung eines Neurofibroms	r 68
Reizung einer Sehnenplatte an der Fußsohle	68
Über Ernährung viel Eisen aufnehmen	69
Nutzen und Risiko bei der Einnahme von Aspirin	69
Ihr BIO-Wetter	70
Teilamputierter Peni	s 70
Drei Tassen Kaffee pro Tag sind unbedenklich	70
Hinweise auf ein nachlassendes Gehö	ir71
Parodontitis führt unbehandelt zum Zahnverlust	71

# WÖCHE gestinder



Primaria Dr. Sabine Junk-Jantsch, Gelenksexpertin am Evangelischen Krankenhaus in Wien

### Die klassische Operation Ein Platzhalter aus Silikon

Mittlerweile gibt es eine Reihe operativer Möglichkeiten, um das abgenützte und entzündete Sattelgelenk im

Daumen zu ersetzen. Dazu gehören die Versteifung des Gelenks, das Entfernen eines Handwurzelknochens und das Einlegen einer Sehnenschlinge sowie der Einsatz von Daumensattel-Gelenksprothesen. "Ich operiere nach einer Methode, die sich bewährt hat, weil die Beweglichkeit und die Länge des Daumens erhalten bleiben. Bei diesem Eingriff wird über einen kleinen Schnitt das Daumensattelgelenk freigelegt, ein kleiner Handwurzelknochen entfernt und an die freie Stelle ein



Silastic-Implantat, ein sogenannter Spacer, eingesetzt. Wichtig ist, dass die Größe des Platzhalters optimal gewählt wird und das 'Bett' für den Stiel so gefräst ist, dass er satt aufsitzt und nicht verkippen kann. Diese Operationstechnik muss der Arzt beherrschen. Die Gelenkskapsel muss korrekt verschlossen und das Gelenk nach dem Eingriff ruhiggestellt werden, damit die Kapsel heilt. Nur wenn die Kapsel verheilt ist, bleibt der 'Spacer' an seinem Platz."

Dieses Implantat zur Überbrückung des entfernten Handwurzelknochens hat einen sogenannten Silastic-Stiel, für dessen Verankerung im Mittelhandknochen kein
Knochenzement erforderlich ist.

Dauer der Operation: 30 Minuten
Nach der Operation: Ruhigstellen des
Daumens für vier Wochen, nach drei
Monaten sind auch schwere Arbeiten
mit der Hand wieder möglich.

Mögliche Komplikationen: Schleimhautentzündung, Ausrenkung/Bruch
des Implantates (wenn keine Ruhigstellung
erfolgt).

Prof. Lars-Peter Kamolz, LKH Graz,
Facharzt für Plastische Chirurgie
Die OP-Alternative: Eigenfett-Injektionen
bei früher Arthrose

Mit Hilfe einer neuen Injektion behandeln Ärzte der Klinischen Abteilung für Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie des LKH Graz die Erkrankung des Daumensattelgelenks. "Der Eingriff, bei dem eine Injektion in das betroffene Gelenk verabreicht wird, kommt ohne körperfremde Substanzen aus, weil hierzu das Eigenfett der Patienten verwendet wird, und

wird, kommt ohne körperfremde Substanzen aus, weil hierzu das Eigenfett der Patienten verwendet wird, und das hat einen guten Grund. Die im Fettgewebe enthaltenen Botenstoffe verringern die Entzündung der Gelenksinnenhaut und das Fettgewebe hat viele Stammzellen. Sie können sich in verschiedenste Gewebe wie eben Knorpel umwandeln. Die Fettstammzellen wirken nicht pur entzündungsbemmend und knorpelschützend sie

nur entzündungshemmend und knorpelschützend, sie haben das Potenzial, Knorpeldefekte zu heilen. Das ist der große Unterschied", sagt Dr. Lars-Peter Kamolz.

Für die Behandlung werden bis zu 1,5 Milliliter körpereigenes Fett in Lokalanästhesie an einer beliebigen Stelle des Körpers, etwa am Bauch, abgesaugt und im selben Eingriff in den Gelenksspalt eingebracht. "Bei der bisherigen Behandlung sind Patienten mehrere Wochen ausgefallen, aufgrund der Ruhigstellung des Gelenks und Physiotherapie. Bei der Behandlung mit Eigenfett können die Betroffenen ihre Hand bald wieder einsetzen und die Wirkung ist nachhaltiger als bei der bisherigen Hyaluron- oder Kortison-Injektionsbehandlung." Dauer der Behandlung: 30 Minuten

Nach der Operation: Ruhigstellung für zwei Wochen Mögliche Komplikationen: Ist die Arthrose fortgeschritten, lässt die Wirkung der Behandlung



Dr. Erdal Cetin, FA für Orthopädie und orthopädische Chirurgie, Rheuma- und Sportorthopädie Die neue minimal-invasive Technik. Ein "Faden" und

zwei Titanplättchen Die Rhiz-Arthrose (= Daumensattelgelenksarthrose) ist die schmerzhafte

Abnützung des Gelenkes zwischen dem Mittelhandknochen des Daumens und dem kleinen Trapezknochen, einem Teil der Handwurzel. Zu den Neuerungen unter den operativen Therapien gehört die sogenannte "Mini tight rope"-Methode ("kleine Fadenaufhängung").

"Bei diesem Eingriff wird, wie bei anderen Techniken auch, zuerst der Trapezknochen entfernt und anschließend ein dünner medizinischer Faden mit zwei kleinen Titanplättchen zwischen dem ersten und zweiten Mit-



telhandknochen aufgespannt. Dieser Faden fixiert den Daumen in seiner Positionshöhe und verhindert eine Verkürzung des Daumens, ausgelöst durch das Einwandern in den darunterliegenden Hohlraum, der durch die Knochenentfernung entstanden ist. Die Vorteile der neuen Methode liegen in einer besseren Kraftumleitung und damit im Krafterhalt des Daumens und weiters in einer schnelleren Rehabilitation. Eine Transplantation eines Sehnenteiles als Platzhalter, wie bei der herkömmlichen OP-Technik, ist nicht mehr notwendig, um das Wandern des Knochens zu verhindern. Bei der "Faden-Methode" wird wenig Gewebe beschädigt, weshalb sie als minimal-invasiver Eingriff gilt, und weil keine lange Einheilungszeit notwendig ist, kann früh mit der schienenfreien Therapie begonnen werden. Aufgrund der Verwendung von Titanplättchen ist die Methode auch für Nickel-Allergiker geeignet.

Dauer der Behandlung: 30 bis 40 Minuten

Nach der Operation: Daumenschiene bis zu zwei Wochen, Ergotherapie

Mögliche Komplikationen: Infektionen (etwa durch einen Bluterguss), Krafverlust.

# Pflanzenkraft für die Frau

Die Pflanzentherapie hat vor allem bei leichten und mittleren Beschwerden in der Frauenheilkunde einen festen Platz eingenommen. In dieser Serie werden ihre wichtigsten Einsatzmöglichkeiten vorgestellt.

# Blasenschwäche -Inkontinenz behandeln

Fast die Hälfte aller Frauen jenseits der 60 leiden unter Blasenschwäche. Der Verlust kleinerer Harnmengen kann verschiedene Ursachen haben wie Schwangerschaften, ein schwacher Beckenboden, hormonelle Veränderungen, Übergewicht, Absenkung der Gebärmutter. Selten sind schwere Erkrankungen wie etwa ein Blasentumor die Ursache.

# Das können Sie selbst tun

Beckenbodentraining: Die Muskelschichten im Becken halten die Blase und andere Organe an ihrem Platz. Übungen am Beginn von einem Physiotherapeuten zeigen lassen.

Fixe Toilettenzeiten: Wer zu häufig geht, gewöhnt die Blase daran, nur noch kleine Mengen zu halten.

Übergewicht vermeiden: weniger Druck im Bauchraum und auf die Blase.

Autogenes Training: hilft, wenn seelischer Stress Mitverursacher der Inkontinenz ist.

# Die Therapie mit Pflanzen

Der steirische "Arzneikürbis": Diese Spezialzüchtung unter den Kürbissen enthält viele Wirkstoffe, die sich gut auf die Gesundheit auswirken. Welche Bestandteile genau den positiven Effekt bei einer Reizblase und leichtem Harnverlust bei der Frau auslösen, wird noch erforscht. Wissenschaftler meinen, dass durch bestimmte wasserlösliche Anteile ein Enzym im Körper gehemmt wird, das für die Umwandlung von Testosteron in Östrogen verantwortlich ist. Wird es durch den Kürbisextrakt gehemmt, wandelt sie Testosteron nur noch in geringem Umfang in Östrogen um. Die Folge ist, die Muskeln des Beckenbodens und der Blase bauen sich leichter auf und der Ver-

stärkt. Die höchste Konzentration der blasenspezifischen Kürbis-Wirkstoffe wird in Spezial-Präparaten in der Apotheke erreicht.

Fotos: LKH-Univ./M. Kanizaj / LKH-Univ. Klinikum Graz, www.fotoschuster.at, zvg, ulistein bild



65