

# Schmerzfrei und mobil: Mit Kunstgelenken gegen Arthrose

**G**elenkverschleiß ist ein schmerzhaftes Leiden. Wer glaubt, dass nur ältere Menschen betroffen sind, der irrt: Immer häufiger tritt Arthrose auch bei jüngeren Menschen auf und verursacht neben fortlaufend schlimmeren Schmerzen auch starke Bewegungseinschränkungen. Am häufigsten sind die Kniegelenke und die Hüfte betroffen. Wenn der Verschleiß weit fortgeschritten ist und konservative Behandlungsmethoden nicht mehr greifen, bleibt oft nur der Ersatz durch künstliche Gelenke. Diesen Eingriff sollten Betroffene jedoch nicht scheuen, denn die Operationsverfahren sind weit fortgeschritten und versprechen eine deutliche Verbesserung der Symptome. Zertifizierte Zentren wie das EndoProthetikzentrum (EPZ) am AMEOS Klinikum St. Clemens Oberhausen sind auf den Eingriff spezialisiert – hier werden jedes Jahr hunderte Gelenkerkrankungen erfolgreich behandelt.

Dr. Michael Strelow ist Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie im AMEOS Klinikum St. Clemens Oberhausen. Dort leitet er das EPZ, das für sein ganzheitliches Behandlungsangebot als Zentrum für Endoprothetik zertifiziert ist. Im Netzwerk des Zentrums begleiten niedergelassene Orthopäden, Krankengymnasten, Pflegefachkräfte, Sozialdienste und nicht zuletzt das Reha-Zentrum Oberhausen (RZO) Erkrankte von der Diagnose bis zur Genesung.

*Herr Strelow, warum werden Knie- und Hüftgelenke immer häufiger ersetzt?*



**Erst wenn konservative Maßnahmen nicht mehr helfen und der Leidensdruck zu groß wird, ist die Indikation zum künstlichen Gelenkersatz gegeben.**

**Michael Strelow:** Erst wenn konservative Behandlungsmethoden ausgeschöpft sind, das Gelenk permanent Schmerzen verursacht und die Bewegungsfreiheit der Betroffenen deutlich einschränkt, wird ein Gelenk teilweise oder ganz ersetzt. Ursache kann eine Verletzung sein, häufig handelt es sich jedoch um eine Arthrose, also eine Verschleißerscheinung. Das heißt über die Jahre wurden die Gelenke so stark beansprucht, dass der Knorpel geschädigt ist. Weil die Menschen durchschnittlich immer älter werden, nimmt auch die Zahl der Gelenkerkrankungen zu. Medikamentös lassen sich die Symptome zwar bis zu einem gewissen Grad lindern, doch der Verschleiß der Gelenke ist leider unumkehrbar.

*Wieso erkranken junge Menschen an Arthrose?*

Wann der Einsatz eines künstlichen Gelenks notwendig ist und wie man schnell wieder mobil wird, erklärt Dr. Michael Strelow, Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

**am Dienstag, 27.07.2021  
von 15:00 – 16:30 Uhr**

**in einer Telefonsprechstunde.**

**Tel. 0208 695 5380**

**Michael Strelow:** Ein Gelenkverschleiß kann in jungen Jahren durch Über- und Fehlbelastung hervorgerufen werden. Gründe dafür sind zum Beispiel starkes Übergewicht oder eine Fehlstellung der Beine, aber auch Leistungssport. Insgesamt

liegt das Risiko, in einem bestimmten Alter an Arthrose zu erkranken, relativ hoch. Rund jeder zweite Mensch ist irgendwann betroffen. 2019 wurden in Deutschland fast 200.000 Kniegelenke durch Implantate ersetzt, knapp 250.000-mal erfolgte die Implantation einer Endoprothese am Hüftgelenk. Diese Zahlen sollten aber nicht verunsichern, sondern sind eher positiv zu sehen. Die Endoprothetik ist weit fortgeschritten und die Operationen sind für die erfahrenen Spezialisten in unserem Team Routine-Eingriffe.

*Wie versorgen Sie Menschen mit Gelenkerkrankungen im EPZ?*

**Michael Strelow:** Zunächst erfolgt eine eingehende Diagnose, um entscheiden zu können, ob ein Gelenk teilweise oder vollständig ersetzt

werden muss. Gemeinsam mit der Patientin oder dem Patienten entscheiden wir dann, welche Prothese und welche Operationsmethode infrage kommt, denn hier gibt es Unterschiede. Unmittelbar nach dem Eingriff gehen wir dann an die Mobilisierung. Das ist wichtig, damit die Muskulatur gestärkt wird und die Beweglichkeit schnell wiederhergestellt werden kann.

Während des gesamten Krankenhausaufenthaltes führen wir Physiotherapie durch und entlassen die Betroffenen schließlich in eine Reha-Maßnahme. Direkt im Haus in unserem Reha Zentrum Oberhausen, kann das unkompliziert ambulant erfolgen. Und um den Behandlungserfolg zu gewährleisten, besteht während dieser Zeit auch weiterhin Kontakt zu den Hauptoperateuren.

*Lebt man mit Kunstgelenken so „normal“ wie vor der Erkrankung?*

**Michael Strelow:** Wenn man an sich arbeitet, kann sich der Alltag schnell wieder normalisieren. Wer das von vornherein beherzigt, ist auch schneller wieder fit. Deshalb steht nach der Operation keine Bettruhe auf dem Programm.

Es ist wichtig, die Muskulatur und den Bewegungsapparat kontinuierlich zu fordern und zu stärken.



**Dr. med. Michael Strelow**  
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie  
Leiter des EndoProthetikZentrums

Schon am Tag nach der OP gehen wir gemeinsam auf dem Zimmer die ersten Schritte. Auch nach der Entlassung sind Mobilisierung und Training sehr wichtig für eine schnelle Genesung. Wer sich regelmäßig bewegt, Reha-Maßnahmen gut nutzt und auch darüber hinaus täglich trainiert, der kann mit seinem künstlichen Gelenk bald wieder so leben wie zuvor. Und sogar wieder Sport treiben, der die Gelenke nicht zu stark beansprucht.

**Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie  
AMEOS Klinikum St. Clemens Oberhausen**

**Chefarzt Dr. med. Michael Strelow**  
Wilhelmstr. 34, 46145 Oberhausen  
**Telefon:** 0208 695-232 · **E-Mail:** unfallchirurgie.stc@ob.ameos.de

Weitere Informationen: [www.ameos.de/oberhausen](http://www.ameos.de/oberhausen)