



Arthrose an den Händen

Rechtzeitig erkennen und behandeln

Arthrose ist weltweit die häufigste Gelenkerkrankung. Gemeint sind damit Veränderungen und Abnutzungen der Knorpel- und Knochenstruktur eines oder mehrerer Gelenke, was sich sehr schmerzhaft bemerkbar macht und sehr häufig zu Bewegungseinschränkungen führt. Besonders häufig tritt Arthrose an den Händen und dort oft an mehreren Gelenken auf.

Gelenke sind bewegliche Verbindungsstellen zwischen zwei starren Elementen. In unserem Knochengüst sind es insgesamt 212 Gelenke, die die verschiedenen Knochen unseres Skeletts verbinden und für Stabilität und Beweglichkeit sorgen. Sie nehmen eine zentrale Funktion in unserem Bewegungsapparat ein und machen im Zusammenspiel mit Muskeln und Sehnen koordinierte Bewegungsabläufe überhaupt erst möglich. Damit diese Bewegung reibungslos und schmerzfrei bleibt, sind

alle Gelenkknochen mit einer elastischen Knorpelschicht überzogen. Diese Schicht ist sehr strapazierfähig und wirkt wie ein Polster und Stoßdämpfer.

Gesunder Knorpel besitzt eine glatte Oberfläche. Aus verschiedenen Gründen kann es jedoch zu Veränderungen der Knorpelstruktur und zum Abbau von Knorpelgewebe kommen. Solche Schädigungen der Knorpelsubstanz sind der Beginn einer Arthrose.

Arthrose an den Händen

Während sich eine Arthrose an den großen Gelenken wie Schulter-, Ellenbogen-, Hand-, Hüft-, Knie- und Sprunggelenk häufig durch wiederkehrende Fehlbelastungen oder hohe Beanspruchung entwickelt, spielt dies bei den kleineren Gelenken wie den Fingergelenken eher eine untergeordnete Rolle. Bei einer Arthrose in den Fingern werden als Ursache eher eine erbliche Veranlagung, hormonelle Faktoren und Stoffwechselstörungen vermutet. Das Daumensattelgelenk ist davon besonders häufig betroffen, gefolgt von den Fingerendgelenken und Mittelgelenken. Da die Arthrose sehr oft an mehreren Gelenken einer Hand auftritt, spricht man auch von einer Polyarthrose in den Fingern.

Schleichender Prozess ohne Heilung

Die ersten Schädigungen des Knorpels bleiben meist unbemerkt. Sie fördern jedoch den Verschleiß der Knorpelsubstanz. Die Oberflächen werden rau und bekommen Risse, die Knorpelschicht wird dünner und verliert nach und nach seine Stoßdämpferwirkung. Das hat zur Folge, dass sich auch der Gelenkknochen verändert. Seine Struktur verhärtet und verdichtet sich, die Gelenkflächen werden breiter und es können sich zackenförmige Knochenvorsprünge an den Rändern der Gelenke bilden. Für Betroffene bedeutet dies: Die Bewegungen werden zunehmend schmerzhaft und mühsam. Bei Fortschreiten der Arthrose kann das Gelenk sogar ganz versteifen und sich deformieren.

Diagnose und Behandlung von Arthrosen

Einmal zerstörtes Knochen- und Knorpelgewebe lässt sich nicht so einfach wieder aufbauen. Daher sind Arthrosen nicht heilbar. Umso wichtiger ist eine frühzeitige Diagnose, damit Maß-

nahmen ergriffen werden können, um ein Fortschreiten der Erkrankung zu verhindern. Zudem können auch andere Gelenkerkrankungen, z. B. eine rheumatoide Arthritis, die Ursache für die Gelenkschmerzen sein. Um dies abzuklären und damit Sie so früh wie möglich die passende Behandlung erhalten, sollten Sie bei anhaltenden Gelenksbeschwerden immer einen Arzt aufsuchen. Bei der Diagnose wird der Arzt die Gelenke hinsichtlich der typischen Krankheitszeichen wie verdickter Gelenke, Schmerzen bei Druck und bei Belastungen untersuchen und eine Röntgenaufnahme machen. Auch wenn Knorpelgewebe selbst und damit auch der Knorpelschaden auf dem Röntgenbild nicht dargestellt werden, sind die Veränderungen des Gelenks erkennbar. Fehlstellungen und Deformierungen der Gelenkknochen und eine Verschmälerung des Gelenkspaltes sind charakteristische Zeichen der Arthrose und erlauben u. a. eine Einschätzung des Schweregrads der Erkrankung.

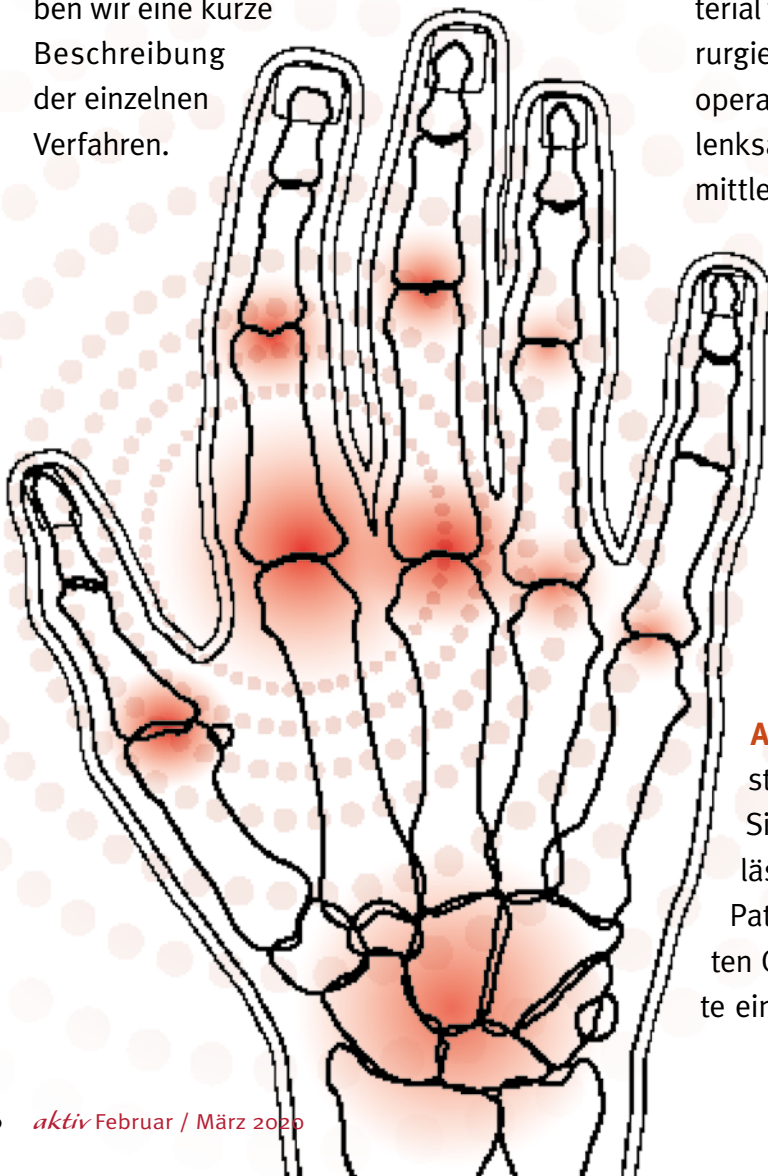
Unter Berücksichtigung all dieser Ergebnisse wird der Arzt mit Ihnen die therapeutischen Möglichkeiten besprechen. Üblicherweise wird im ersten Schritt versucht, mit Hilfe von nichtmedikamentösen Maßnahmen die Beschwerden zu lindern. Dazu gehören Physiotherapie und Übungen für gelenkschonendes Greifen sowie der Einsatz von z. B. stabilisierenden Schienen und Greifhilfen. Diese Anwendungen werden dann oft mit schmerz- und entzündungshemmenden Medikamenten oder Injektionen kombiniert. Lässt sich durch diese konservative Behandlung keine Besserung erzielen und schreitet die Erkrankung weiter voran, dann sollte eine Operation in Erwägung gezogen werden.

Chirurgische Behandlung von Arthrosen an der Hand

Ob und wann ein chirurgischer Eingriff angezeigt ist, sollte ein Handchirurg entscheiden. „Bei der

Fingerarthrose gilt es, den richtigen Zeitpunkt für eine Operation zu erkennen. Die rechtzeitige Beratung durch einen Handchirurgen als Spezialisten kann wichtig sein, um sich möglichst viele Behandlungsoptionen zu erhalten“, erklärt Dr. Berthold Bickert. Er ist leitender Arzt der Sektion Handchirurgie, Klinik für Hand-, Plastische und Rekonstruktive Chirurgie an der BG-Unfallklinik Ludwigshafen und Präsident der Deutschen Gesellschaft für Handchirurgie (DGH). Das Spektrum der chirurgischen Therapiemöglichkeiten bei Fingerarthrose ist groß, aber nicht jedes chirurgische Verfahren ist an jedem Gelenk sinnvoll anwendbar. So kann das geschädigte Gelenk umgeformt oder aber versteift werden, auch die Durchtrennung der schmerzleitenden Nervenfasern sowie der Einsatz von Gelenkersatz und Fingerprothesen sind möglich. Mitunter hilft auch zunächst ein minimalinvasiver Eingriff, bei dem das Gelenk gespült wird. Im Folgenden geben wir eine kurze

Beschreibung der einzelnen Verfahren.



Arthroskopie: Arthroskopie ist die Bezeichnung für ein minimalinvasives Verfahren, das üblicherweise dazu dient, Gelenkverletzungen genauer zu untersuchen. Dabei wird über einen kleinen Hautschnitt ein sogenanntes Arthroskop in das Gelenk eingeführt, das mit einer speziellen Kamera sowie einer Spül- und Absaugvorrichtung ausgestattet ist. Neben der Diagnostik, auch bekannt als Gelenkspiegelung, bietet die Arthroskopie die Möglichkeit, das Gelenk „aufzuräumen“. D. h., das Gelenk kann gespült und entzündete Gelenkschleimhaut oder gelöste Knorpelteilchen können entfernt werden. In der Handchirurgie erfolgt eine arthroskopische Behandlung zumeist an den Fingergrundgelenken, am Daumensattelgelenk sowie am Handgelenk.

Arthroplastik: Unter Arthroplastik versteht man eine Umformung des geschädigten Gelenks. Dies ist durch eigenes Gewebe oder Fremdmaterial wie eine Prothese möglich. In der Handchirurgie hat sich die Resektionsarthroplastik zur operativen Behandlung der Daumensattelgelenksarthrose (Rhizarthrose) bewährt und gilt mittlerweile als Standardeingriff. Der Chirurg entfernt dabei einen der beiden aufeinander reibenden Knochen. Anschließend bringt er entweder Kapselgewebe als Ersatz ein oder stabilisiert das Gelenk mit einem benachbarten Sehnenstreifen. Nach dieser Operation sind ca. 90 Prozent der behandelten Patienten schmerzfrei und ihre normale Daumenbeweglichkeit und -belastbarkeit konnte erhalten werden.

Arthrodese: Arthrodese bezeichnet die Versteifung oder Teilversteifung der Gelenke. Sie hat in erster Linie zum Ziel, eine zuverlässige und langfristige Schmerzfreiheit des Patienten zu erreichen. Bei stark deformierten Gelenken spielen auch ästhetische Aspekte eine Rolle. Der Eingriff kommt bei Gelenken

in Betracht, deren Versteifung keine allzu starke Belastung und Einschränkung im Alltag zur Folge hat. Die Arthrodesis ist daher vor allem bei Arthrose der Fingerendgelenke, häufig auch der Mittelgelenke die Methode der Wahl. Dabei werden die zerstörten Gelenkflächen und Verdickungen abgetragen, ehe die Knochenenden in einem festgelegten Winkel durch Knochendraht oder eine Schraube fixiert werden. Damit sind Fehlstellungen dauerhaft korrigiert und das Gelenk ist langfristig stabilisiert, wobei die Greiffunktion weitestgehend erhalten bleibt.

Denervierung: Um die starken Schmerzen zu reduzieren, kann der Chirurg eine Denervierung durchführen, d. h., er durchtrennt die schmerzleitenden Nervenfasern. Dieser Eingriff ist bei einer Arthrose am Fingermittel- oder Daumensattelgelenk möglich. Der bestehende Bewegungsumfang des Gelenks bleibt dabei erhalten.

Gelenkersatz und Fingerprothesen: Bei zunehmenden Beschwerden in den Mittel- und Grundgelenken und in Ausnahmefällen auch im Daumen kann der Einsatz von Implantaten und Fingerprothesen erwogen werden. Es gibt verschiedene Arten von Gelenkersatz der Fingergelenke. Für die Fingermittelgelenke sowie die Fingergrundgelenke haben sich Silikonimplantate, sogenannte Spacer, bewährt. Sie fungieren als Platzhalter für das zerstörte Gelenk. Echte Fingerprothesen, sogenannte Oberflächenersatzprothesen, werden hingegen fest im Knochen verankert. Sie werden ebenfalls an den Fingermittelgelenken sowie Grundgelenken implantiert, in seltenen Fällen auch am Daumensattelgelenk. An den Mittelgelenken kommen

Tag der Hand

Auf Initiative der Deutschen Gesellschaft für Handchirurgie (DGH) findet jedes Jahr am 1. März der „Tag der Hand“ statt. An diesem Aktionstag klären Handchirurgen bundesweit über Arthrosen an der Hand auf und informieren über Behandlungsmöglichkeiten der degenerativen Knorpelerkrankung.

innovative Oberflächenersatzprothesen aus Kobalt-Chrom mit Titanbeschichtung und Polyethylen nach dem Vorbild von Knieprothesen zum Einsatz. Ebenfalls gute Ergebnisse zeigen auch Prothesen aus Pyrocarbon, die an den Grundgelenken eingesetzt werden. Die Oberflächenersatzprothesen bieten ein hohes Maß an Stabilität, befreien von den Schmerzen und erhalten – abhängig von der Ausgangssituation vor der OP – die Beweglichkeit. Voraussetzung für eine Implantation ist jedoch ein noch gut erhaltener Knochen.

Lassen Sie sich beraten

Wenn Sie an einer fortgeschrittenen Arthrose an den Händen leiden, dann lassen Sie sich von einem qualifizierten Handchirurgen beraten, welche Behandlungsmethode für Sie infrage kommen kann. Schieben Sie die Arthrosebehandlung nicht auf die lange Bank. Ein Fortschreiten der Arthrose an den Händen bedeutet zunehmende Schmerzen und Bewegungseinschränkungen. Wer seine Hände nicht mehr beschwerdefrei benutzen kann, der stößt bei ganz vielen alltäglichen Dingen an schier unüberwindbare Grenzen und büßt damit ein hohes Maß an Lebensqualität ein.

Weitere Informationen zum Thema Arthrose der Hand finden Sie u. a. hier:

- Patientenwebsite der Deutschen Gesellschaft für Handchirurgie (DGH): www.handexperten.com
- Deutsche Arthrose-Hilfe e.V.: www.arthrose.de/arthrose/was-ist-arthrose
- Deutsche Rheuma-Liga: www.rheuma-liga.de/rheuma/krankheitsbilder/arthrose