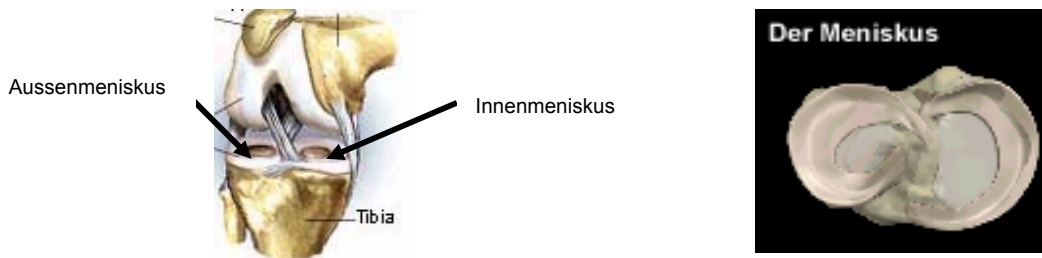


bei Ihnen wurde eine **Schädigung des Meniskus** des Kniegelenks festgestellt. Zu Ihrem besseren Verständnis möchten wir Ihnen hierzu einige weitere Informationen geben!

Anatomie:

Zwischen Ober- und Unterschenkelknochen befindet sich im Knie jeweils innen und aussen ein Meniskus. Der Meniskus besteht aus festem sog. Faserknorpel und hat etwa die Form eines "C". Im Querschnitt ist er keil- bzw. dreiecksförmig. Die Aufgabe des Meniskus besteht darin, die Bewegungen des Kniegelenkes zu führen und zu unterstützen, das Gelenk teilweise zu stabilisieren und eine gewisse Stossdämpfung zu gewährleisten



Schädigung:

Meniskusschäden können akut als Folge von Verletzungen und chronisch auf dem Boden von verschleissbedingten Veränderungen entstehen. Oft kommt es zu Rissbildung, häufiger am Innen- als am Aussenmeniskus. Ein Meniskusriss heilt in der Regel nicht mehr. Durch einen gerissenen Meniskus wird auf lange Sicht der Gelenkknorpel geschädigt und so eine Arthrose verursacht.



Lappenriss



Verschleiss-Schaden



Meniskusriss im Kernspin-Bild

Beschwerden:

Manchmal entstehen Blockierungen des Kniegelenks, wenn lappenförmig abgerissene Meniskusteile im Gelenkspalt einklemmen. Häufig bestehen stechende Schmerzen bei bestimmten Bewegungen. Oft kommt es auch zur Anschwellung des verletzten Gelenks durch vermehrte Flüssigkeitsbildung im Inneren (Erguss). Die Beschwerden bei Meniskusschäden sind meistens wechselhaft, eine spontane Heilung ist aber in nahezu allen Fällen ausgeschlossen. Zudem weiss man, dass ein geschädigter Meniskus auf Dauer eine Arthrose im Knie verursacht.

Behandlung:

Die Behandlung von Meniskusschäden erfolgt arthroskopisch. Spezielle und meist frische Risse lassen sich mit besonderen Techniken nähen, in anderen Fällen werden die geschädigten Anteile entfernt. Hier gilt die Devise: **so viel wie nötig, so wenig wie möglich**. Der arthroskopische Eingriff kann ambulant oder stationär (2-3 Tage) durchgeführt werden. In manchen Fällen ist die Transplantation eines kollagenen Meniskus-Ersatzgewebes (CMI) sinnvoll.

Nachbehandlung (Rehabilitation):

Nach einer Meniskusoperation ist normalerweise Belastung des Beines erlaubt wie vom Patienten vertragen, Bewegungseinschränkungen bestehen nicht. Bis zur vollen Belastbarkeit des Beines vergehen im Regelfall 2 bis 4 Wochen. In vielen Fällen muss sich das Knie erst an die neue Situation, nämlich dass ein Teil eines Meniskus fehlt, „gewöhnen“. Nach einer Naht soll für ca. 6 Wochen eine Gelenkschiene (Orthese) getragen werden.

Arbeitsunfähigkeit:

Die Dauer der Arbeitsunfähigkeit richtet sich natürlich nach der körperlichen Belastung bei der beruflichen Tätigkeit und kann zwischen wenigen Tagen und einigen Wochen liegen.

Sport:

Nach einer erfolgreich verlaufenen Meniskusnaht oder nach Entfernung von sehr kleinen Meniskusteilen sind keine Einschränkungen zu erwarten. Falls grössere Anteile weggenommen werden mussten, sollte wegen der Gefahr der Entstehung einer Arthrose (Gelenkverschleiss) die sportliche Aktivität eingeschränkt werden. Vor allem gelenkbelastende Sportarten, wie Fussball, Tennis, Squash etc. sollten vermieden werden.