

„Das Sportlerknie“ Diagnose und Therapie



OA. Dr. André Drobez

Klinikum Klagenfurt

Abteilung für Orthopädie
und orthopädische Chirurgie

Das Kniegelenk

- Größtes Gelenk des menschlichen Körpers
- Biomechanik einer Roll-Gleitbewegung
- Am häufigsten betroffenes Gelenk bei Sportverletzungen



Anatomie des Kniegelenkes

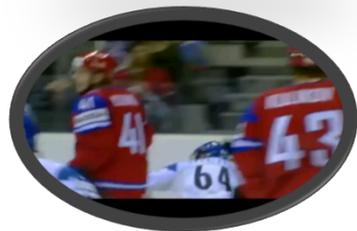


Das Knie belastende Sportarten

- „stopp and go“ Belastung
- Fußball
- Skifahren
- generell Sportarten mit Gegnerkontakt

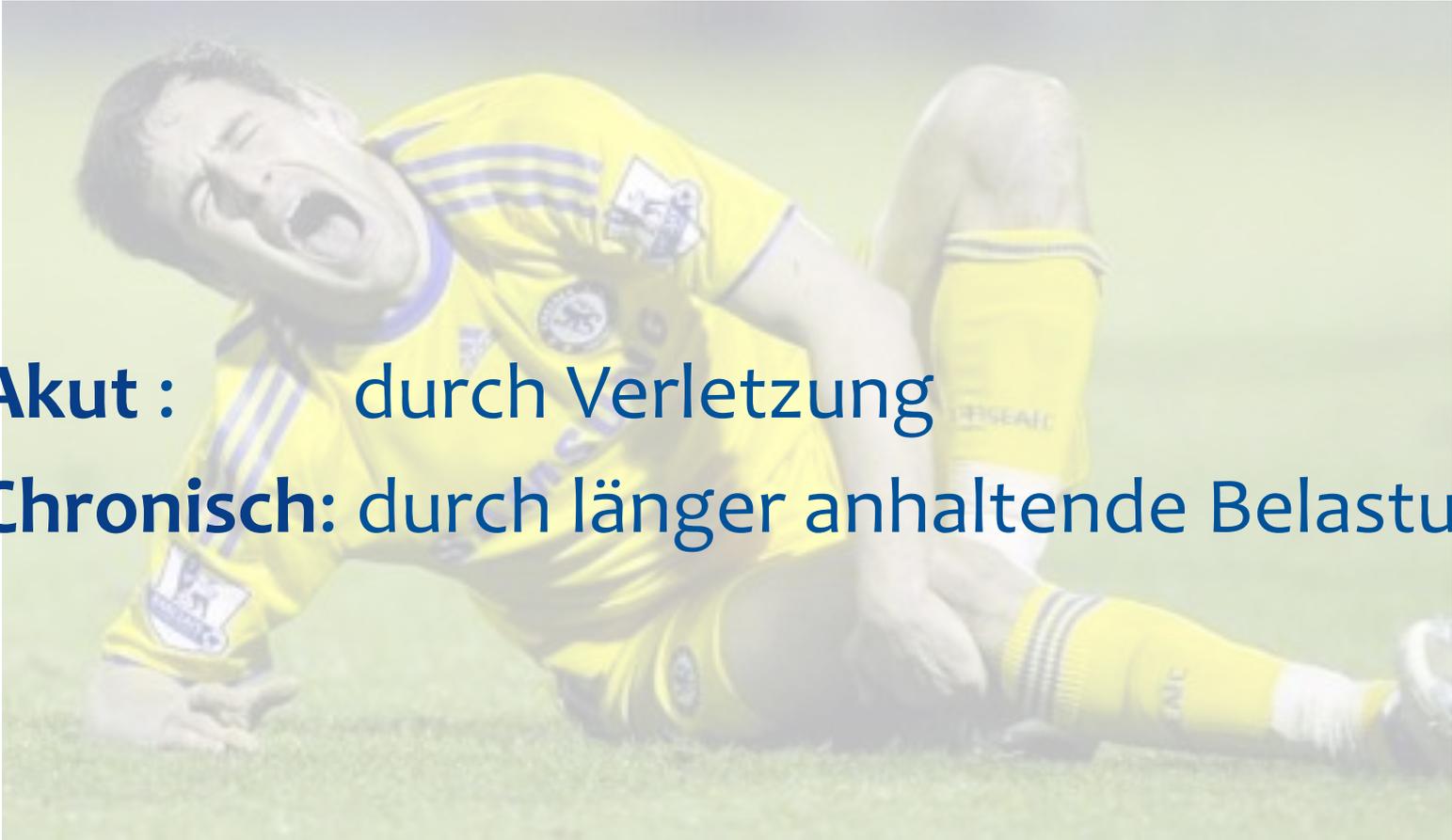


Das Knie belastende Sportarten



Die Schmerzursache

- **Akut :** durch Verletzung
- **Chronisch:** durch länger anhaltende Belastungen

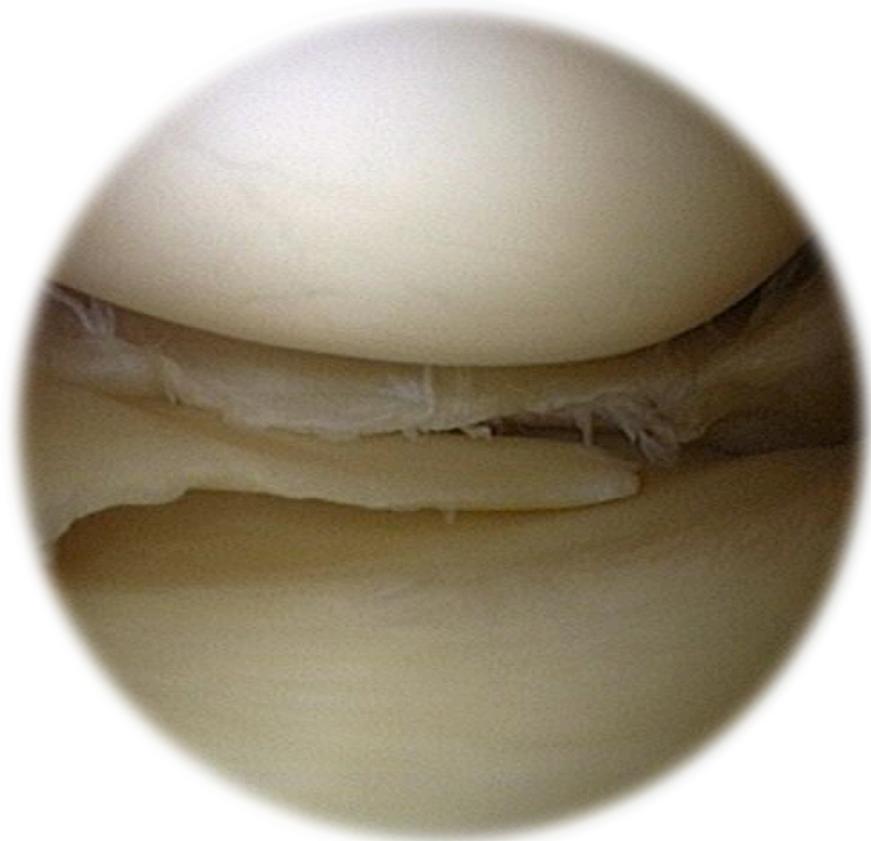
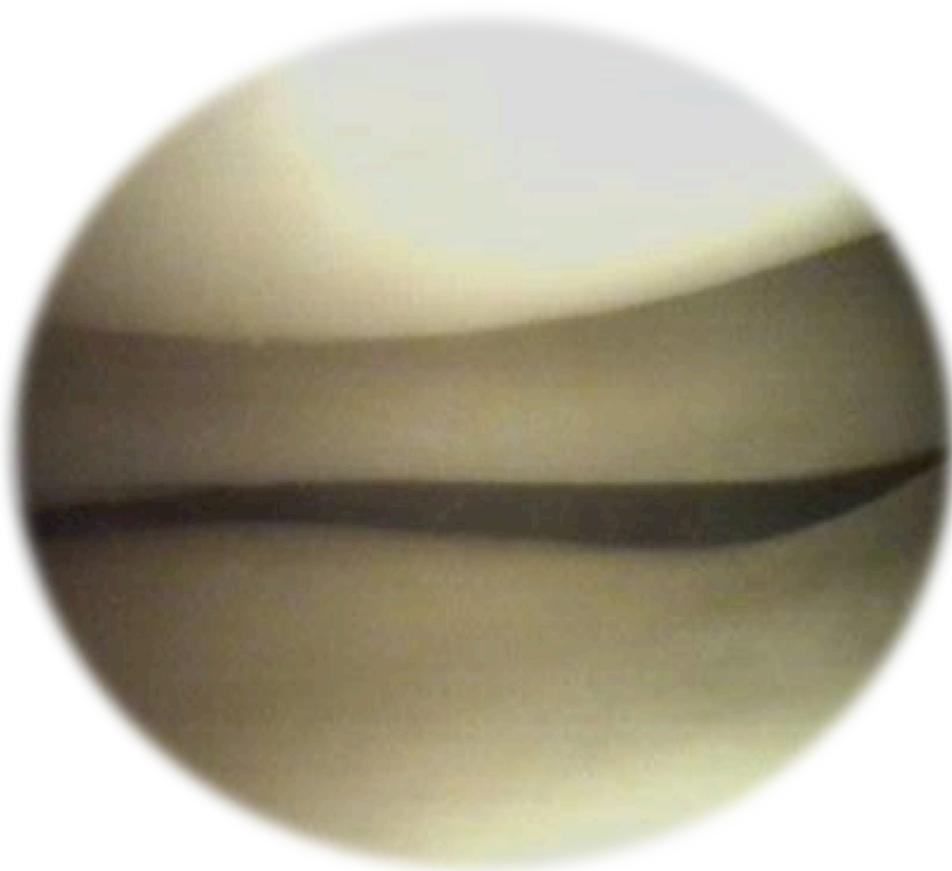


Akute Verletzungen

- Meniskuseinrisse
- Kreuzbandverletzungen (Instabilität)
- Seitenbandverletzungen
- Kniescheibenluxationen
- Knorpelrisse
- Muskelverletzungen kniegelenksnah
- Prellungen mit Gelenksschwellung



Meniskusriss



Knorpelverletzung

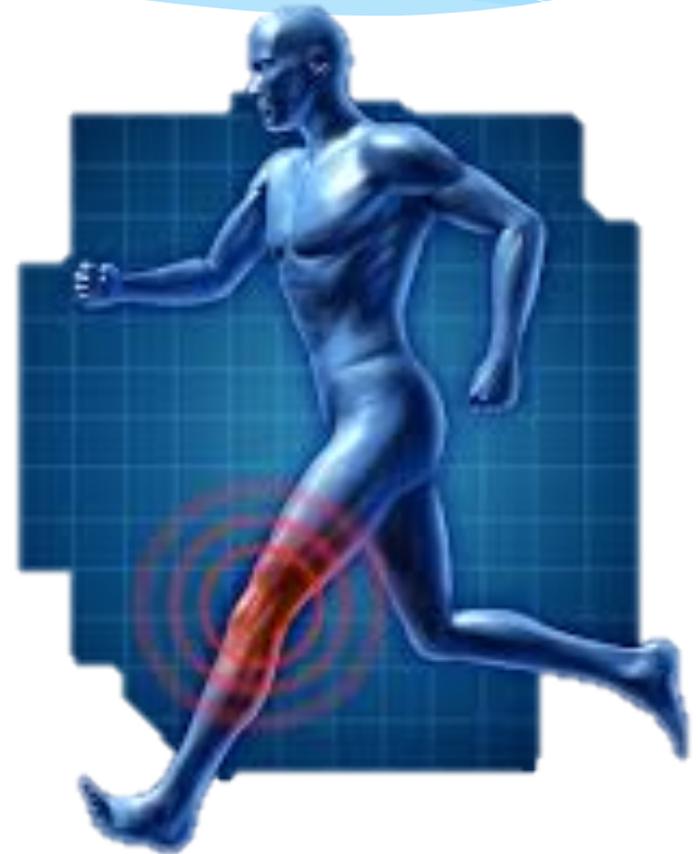


Kreuzbandriss

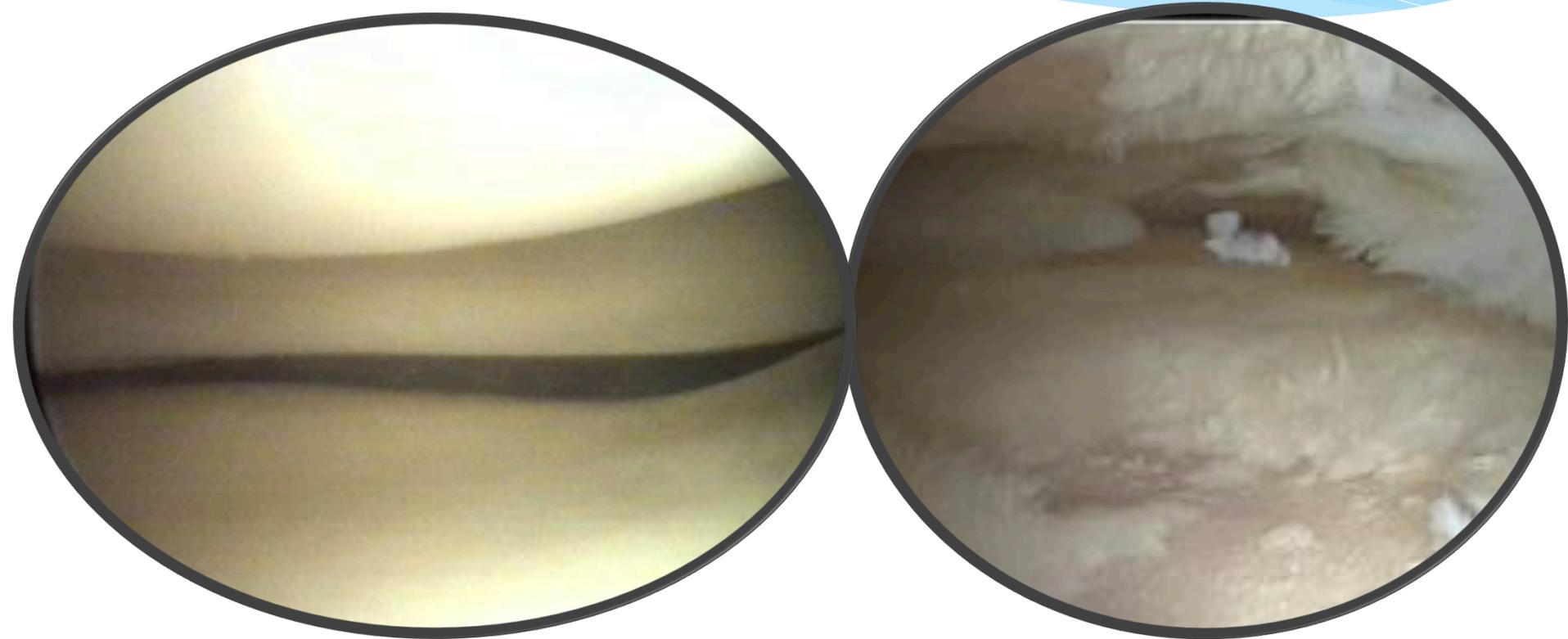


Chronische Schäden

- Meniskuseinrisse
- Knorpelschäden (Arthrose)
- Schmerzen an Bandansätzen



Knorpelschaden



Der Schmerzcharakter

- Vorderer Knieschmerz (unter der Kniescheibe)
- Schmerzen bei Drehbewegungen
- Einklemmsymptomatik
- Schmerzen beim Bergauf und Bergabgehen
- Instabilitätsgefühl
- Ruheschmerzen nach Belastung
- Spannungsgefühl durch Gelenkserguß



Prophylaxe

- Training
- Aufwärm- und Dehnübungen
- Muskelaufbau (Bandentlastung)
- Verzicht auf das Knie belastende Sportarten
- Wechsel auf wenig belastende Sportarten fürs Knie (Radfahren, Schwimmen)

Diagnose

- Gestellt durch Arzt mit Erfahrung für Bewegungsapparat
- Röntgen
- MRT (Magnetresonanztomographie)
- Arthroskopie (Gelenkspiegelung)



Röntgen-MRT-Arthroskopie



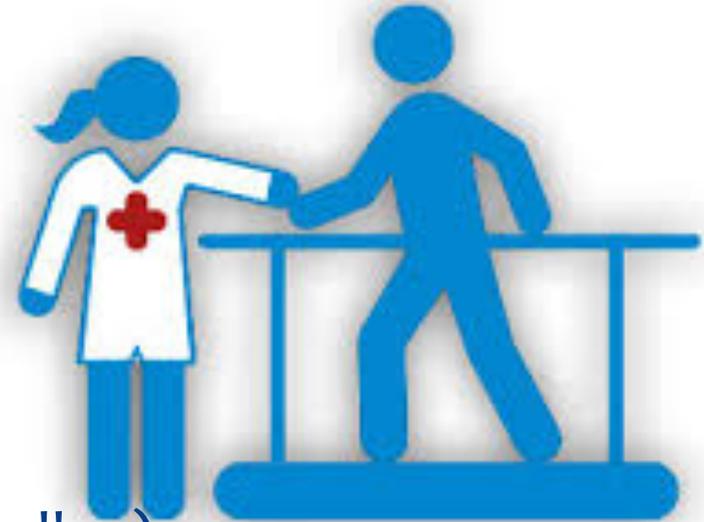
Therapie

- Operativ oder konservativ
- abhängig ob Leistungssportler oder Hobbysportler



Konservative Therapie

- Physiotherapeutisch mittels Kraft und Koordinationstraining
- Beinachsentraining
- Rumpfstabilität
- Physikalische Therapie (Strom, Ultraschall,...)
- Medikamentös: intraartikuläre Injektionen

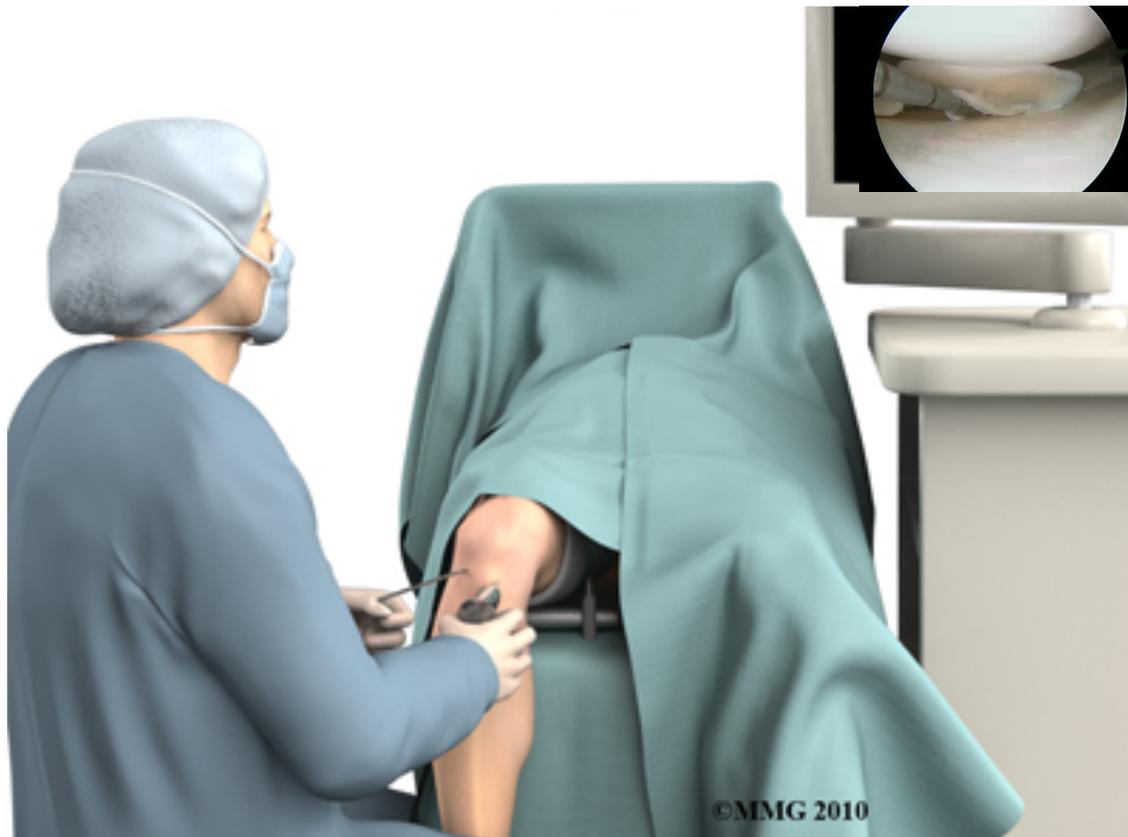


Operative Therapie

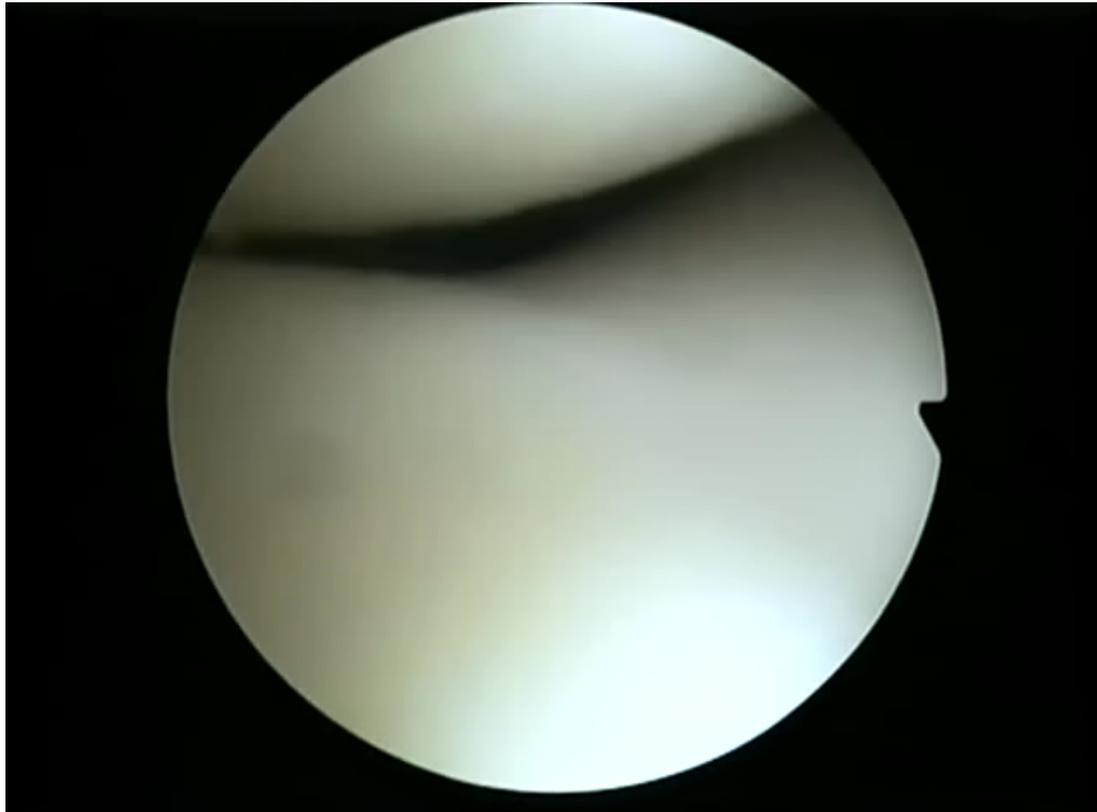
- Meniskusteilentfernung bzw. Meniskusnaht
- Kreuzbandersatzplastik
- Knorpelersatzplastik
- Umstellungsoperationen
- Ultima ratio:
Implantation eines künstlichen Kniegelenkes (Knieprothese)



Arthroskopie



Meniskusoperation



Sport mit künstlichem Kniegelenk Ist das möglich ?



Danke



Sportorthopädische Ambulanz Klinikum Klagenfurt Abteilung für Orthopädie

Sportambulanz:

mittwochs 8-14 Uhr

Orthopädie/Klinikum Klagenfurt

Tel: 0463-538-31970 oder 26902

OA Dr. André DROBEZ

**FA für Orthopädie und orthopädische
Chirurgie**

