

Ein neues Hüft- oder Kniegelenk und trotzdem Schmerzen?

Muskeln als Ursache für anhaltende Schmerzen auch bei künstlichem Gelenkersatz

Rund 400 000 Menschen erhalten jährlich in Deutschland ein künstliches Gelenk. Am häufigsten werden Hüft- und Knieendoprothesen implantiert. Die Arthrotherapie hat durch den künstlichen Gelenkersatz wesentlich dazu beigetragen, dass die Menschen bis ins hohe Alter aktiv sein können.

Dennoch gibt es Patienten, die nach erfolgreicher Operation anhaltende Schmerzen behalten oder im Verlauf wieder Schmerzen bekommen. Meist hört der Patient vom behandelnden Arzt nach der Röntgenkontrolle: „Die Prothese sitzt gut. Mit Ihrem künstlichen Gelenk ist alles in Ordnung.“ Eine Lösung für das Schmerzproblem des Patienten ist diese Antwort jedoch nicht.

Die Triggerpunkttherapie löst den Schmerz auf

Sind andere Ursachen, wie eine Lockerung oder Infektionen des künstlichen Gelenkes ausgeschlossen, so ist häufig die Muskulatur eine Ursache der anhaltenden oder wieder auftretenden Schmerzen. Durch lange Fehlbelastung vor der Operation, durch die Operation selbst oder durch die anfängliche Schonhaltung nach der Operation können sich Muskeln verkürzen und ver-



Das Team um Heiko Bornemann (Mitte) hat sich auf Schmerz- und Triggerpunkttherapie spezialisiert, denn muskuläre Disfunktionen sind häufig Ursache für langanhaltende Schmerzen.

krampfen. Die fangen dann an zu schmerzen und bilden sogenannte muskuläre Triggerpunkte.

Diese dauerhaft schmerzende Muskulatur kann mit der üblichen medizinischen Bildgebung nicht von schmerzfreien Muskeln unterschieden werden und werden deshalb häufig nicht als Schmerzursache erkannt. Trigger bedeutet Auslöser: Der Muskel löst Schmerzen aus und dies häufig in einem Ausstrahlungsgebiet. Aus dem Hüftbereich strahlen die Schmerzen zum Beispiel oft ins Gesäß, den Oberschenkel, bis zum Knie und teilweise in das gesamte Bein aus.

Gerade im Gesäß oder

Oberschenkel können diese kleinen Muskelschmerzpunkte sehr versteckt liegen oder derart hartnäckig sein, dass sie mit üblichen Methoden der Physiotherapie nicht beseitigt werden können. Außerdem haben nach wie vor viele Therapeuten und Ärzte nur wenig Kenntnis über muskuläre Triggerpunkte als Ursache für chronisch anhaltende Beschwerden. Heutzutage heißt es dann oft, die Faszien würden diese Schmerzen verursachen. Aber weiterhin wird die Muskulatur, die immerhin 30 bis 50 Prozent des Körpergewichts ausmacht, als Schmerzursache unterschätzt. Muskeln und Faszien lassen sich funktio-

nell nur schwer voneinander trennen, aus diesem Grund spricht man in der Medizin vom myofaszialen System.

Operation bei Arthrose vermeiden oder verzögern

Bei fortgeschrittener Arthrose ist es möglich, dass die schmerzhaften Muskelverspannungen durch das geschädigte Gelenk selbst ausgelöst werden. Aber auch hier kann die Triggerpunktbehandlung eine Operation oft verhindern oder lange hinauszögern. Der Patient muss dabei wissen, dass es sich dann nicht um eine ursächliche Therapie handelt und die Beschwerden zurückkehren können.

Heutzutage leiden viele Menschen aufgrund sitzender Tätigkeiten an chronischen Verspannungen. Dabei ist oft der Schultergürtel mit Schmerzausstrahlung in den Kopf oder in die Arme sowie der Beckengürtel mit Schmerzausstrahlung ins Gesäß oder ins Bein betroffen, ohne dass eine Arthrose oder ein Bandscheibenvorfall feststellbar ist.

Da die Triggerpunktbehandlung in der Hand von erfahrenen Therapeuten effektiv und ungefährlich ist, kann sie jedoch bei erneuten Beschwerden problemlos wiederholt werden. Eine Anleitung zu Eigenübungen, um das Wiederauftreten der Triggerpunkte zu verhindern und eine Selbstbehandlung zu ermöglichen, gehört ebenfalls zu einer erfolgreichen Therapie.

Die Internationale Gesellschaft für Schmerz- und Triggerpunktmedizin (IGTM) kümmert sich bereits seit Jahren um diese Problematik und bildet ihre Mitglieder in der speziellen Diagnostik und Therapie myofaszialer Triggerpunkte aus.

ZENTRUM FÜR INTEGRATIVE MEDIZIN BORNEMANN

Moltkeplatz 2
23566 Lübeck
Tel. 0451/ 79 80 99
www.zfim-bornemann.de