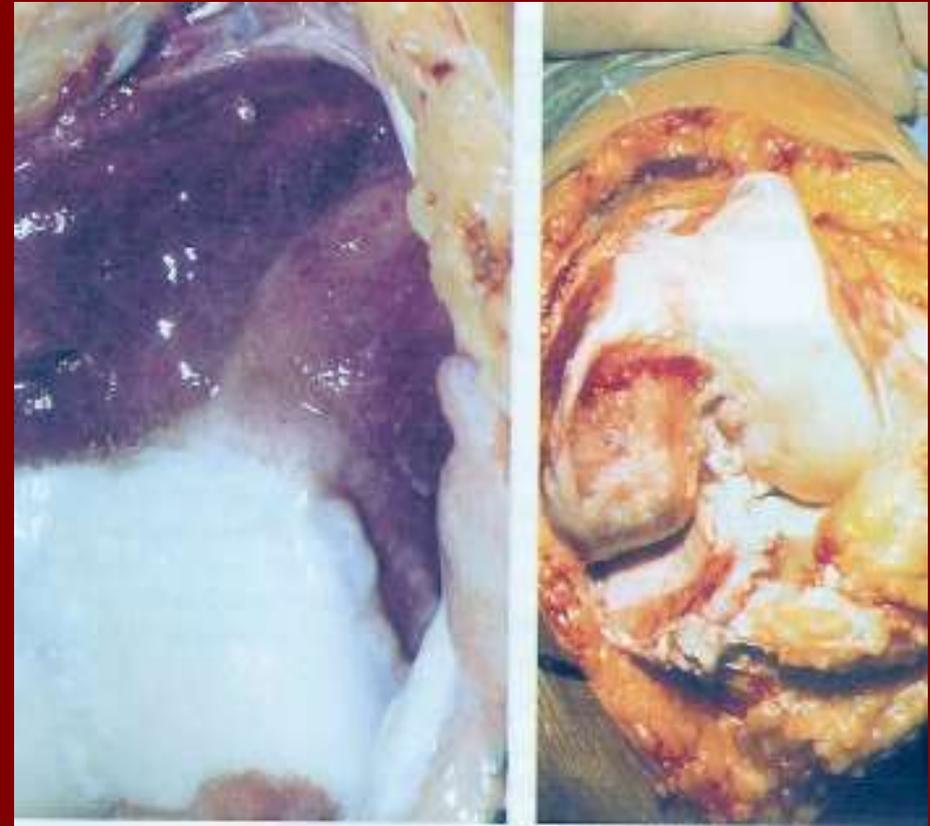
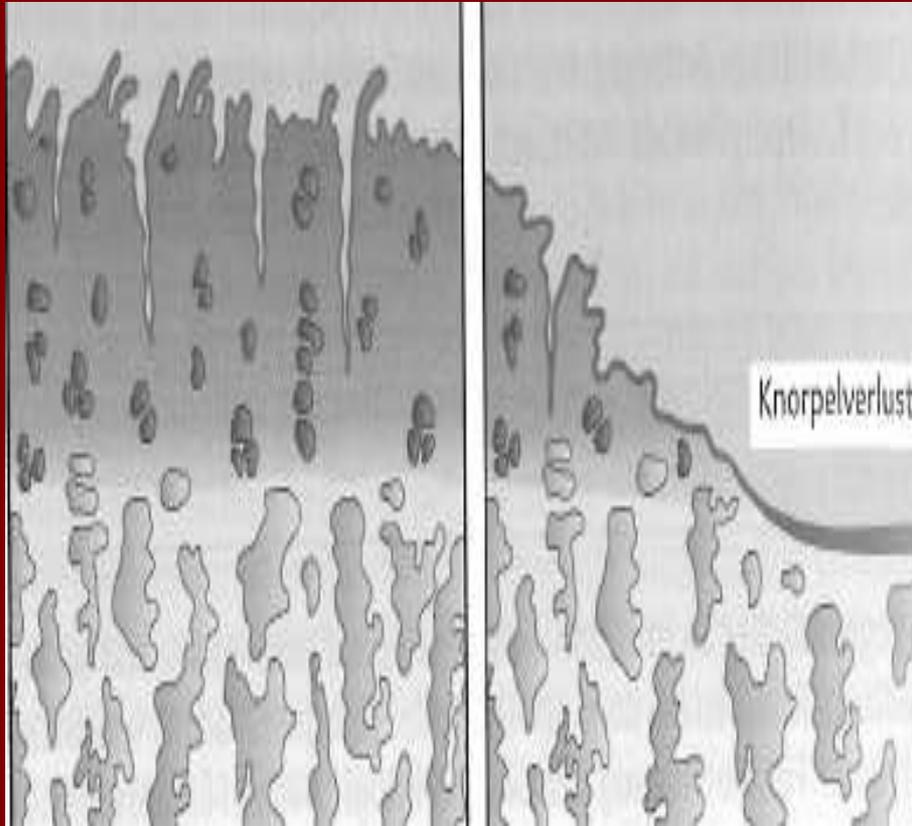


Arthrose-Definition:

primär nicht entzündliches, irreversibel fortschreitendes Altern der Gelenkknorpel mit späterer Knochenschädigung, schmerzhaft-entzündlicher Kapselschrumpfung und Gelenkdeformierung





Da der Knorpel selbst keine Nerven besitzt,
bleiben selbst hochgradige Arthrosen lange schmerzfrei!

Ursachen : - unbekannt (>60%) ► primäre Arthrosen

- angeboren (Gelenk-, Wirbelsäulendysplasie)
- Vorerkrankungen (x/o-Bein, Meniskusriß, Knochennekrosen, Hüftkopfabrutschung)
- Unfälle (Knochenbrüche, Gelenkausrenkung)
- Stoffwechselkrankheiten (Gicht, Diabetes,

Schilddrüsenüber-/unterfunktion u.s.w.)

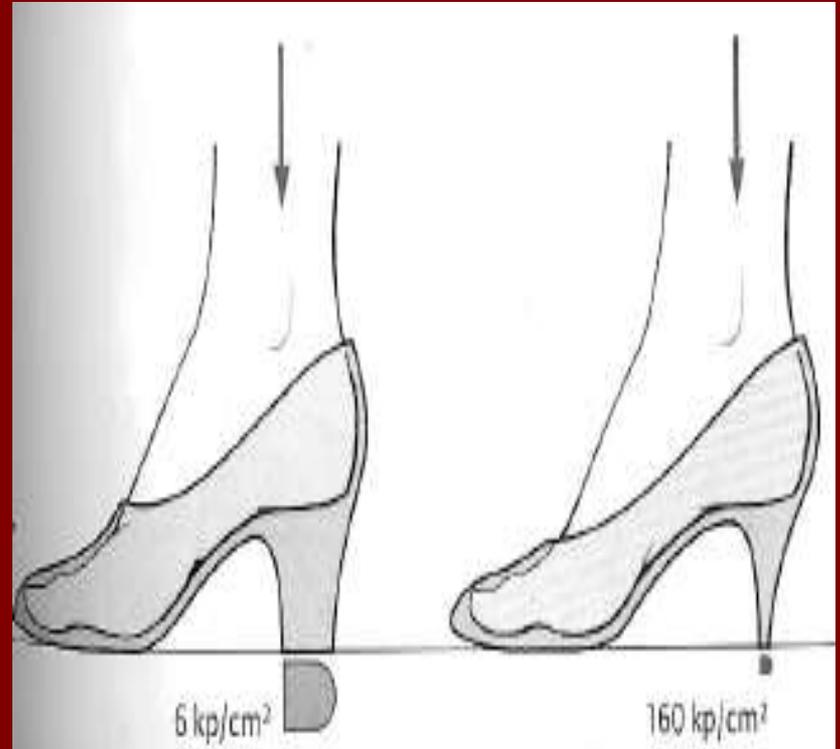
- Entzündungen (bakterielle Infekte, Rheuma)



sekundäre Arthrosen

Risikofaktoren :

- Alter
- Geschlecht
- familiäre Faktoren
- Begleiterkrankungen
- Essverhalten / Übergewicht
- Bewegungsmangel
- Beanspruchung



- ▶ 25 – 35% der Menschen erkranken an Arthrose (= Arthritis, aktivierte Arthrose)
- ▶ Arthrose ist die häufigste chronische Erkrankung des älteren Menschen

Hauptsymptome :

- Schmerz (Belastungsschmerz, Anlaufschmerz, Bewegungsschmerz, Ruheschmerz)
- Schwellung / Erguß (ggf. mit Rötung, Überwärmung)
- Muskelverspannungen/-verhärtungen/-schrumpfungen
- Funktionsverlust (d.h. Bewegungseinschränkung, Gelenk- bzw. Wirbelsäulendeformierung)

MERKE !: die subjektiven Beschwerden gehen keineswegs immer mit dem Arthrosestadium parallel !!

die häufigsten Arthrosen :

Hüftgelenkverschleiß (Coxarthrose)

Kniegelenkverschleiß (Gonarthrose)

Daumensattelgelenkverschleiß (Rhizarthrose)

Fingergelenkverschleiß (z.B. Heberden-/Bouchardarthrose)

Kleinwirbelgelenkverschleiß (Facettenarthrose/ Spondylarthrose)

Schulter(eck)gelenkverschleiß (Omarthrose/ACG-Arthrose)

Rheumatische Fingergelenk- und Daumensattelgelenkarthrosen beiderseits



Fortgeschrittene Hüftgelenkarthrose vor allem links

*02.10.41 / ID 0049381
12.01.04 12:20:07

PCR 9000
EasyVision RAD R2.3 L.6

2140x1760

R
5

W=
C=



Hochgradige Kniegelenkspangonarthrose links mit O-Bein-Achsabweichung



Links: Normal

Rechts: Bandscheiben- und Facettgelenkverschleiß



Klassische, nicht operative Therapien :

- Minimierung/ Korrektur der Risikofaktoren (Normalisierung des Körpergewichts, Gelenkbelastung/-beanspruchung reduzieren (z.B. adäquates Schuhwerk), Lebensstil anpassen (z.B. Bewegungsmangel ausgleichen, belastende Arbeiten/ Aktivitäten reduzieren, Essverhalten korrigieren (vitamin- und ballaststoffreich, fett- und zuckerarm, wenig Alkohol)), Grunderkrankungen therapieren (Gicht, Schilddrüsenleiden, Fettstoffwechselstörungen, Diabetes mellitus...)
- Versorgung mit Hilfsmitteln (Bandagen, UAGS, Mieder, Beinlängenausgleich, Rollator, Toilettensitzerhöhung, Orthesen, Lagerungsschienen, Rollstuhl, Schuhzurichtung, TENS-Therapie)

Elektrotherapie

- Niederfrequenz < 1KHz
(z.B. Iontophorese, Stangerbad, Tens, Hochvolt)
- Mittelfrequenz 1 – 100 KHz
(z.B. Interferenz nach Nemec)
- Hochfrequenz > 100 KHz
(z.B. Kurz-/ Mikrowelle = therm. Tiefeneffekt)
- Ultraschall 800 KHz – 1 MHz
(z.B. ESWT – Steigerung von O₂ + Diffusion)
- Signaltherapien > 1 MHz
(z.B. PST/MFT – Steigerung Kollagen/Proton



- **Magnetfeldtherapie**

- 108 Programme

- Feldstärke bis 50 mT.

- Frequenzbereich 1 – 162 Hz.

(schmerzlindernd 1–11 Hz, relaxierend 5 – 13 Hz, abschwellend 9–21 Hz, gefäßerweiternd 11-45 Hz, entgiftend 30–60 Hz, regenerativ/heilend 50-70 Hz)

Verbesserung Regenerationsfähigkeit, Schmerzlinderung, Stoffwechselförderung, Stärkung des Immunsystems, Kräftigung der allg. Gesundheit durch pulsierendes Niederfrequenz-Magnetfeld



Krankengymnastik & Ergotherapie

(z.B. medizinische Trainingstherapie, Gerätetraining, Funktionstraining/Rehabilitationssport)

Muskelkräftigung, Steigerung Ausdauerfähigkeit, Koordinationsschulung, Gangbildverbesserung, Mobilitätssteigerung, Gelenkschutz, Erhalt der ADL, Selbstständigkeit und sozialen Integration



Medikamentöse Arthrosetherapie nach WHO-Stufenstufenschema

WHO-I

nicht opioidhaltige
Analgetika

- Paracetamol
- Metamizol
- NSAR/Cox2-Hemmer
- Kortison
- Flupirtin etc.

VAS 1-3

WHO-II

schwache Opioide

- Codein
- Tramadol
- Tilidin / Naloxon
etc.

VAS 4-7

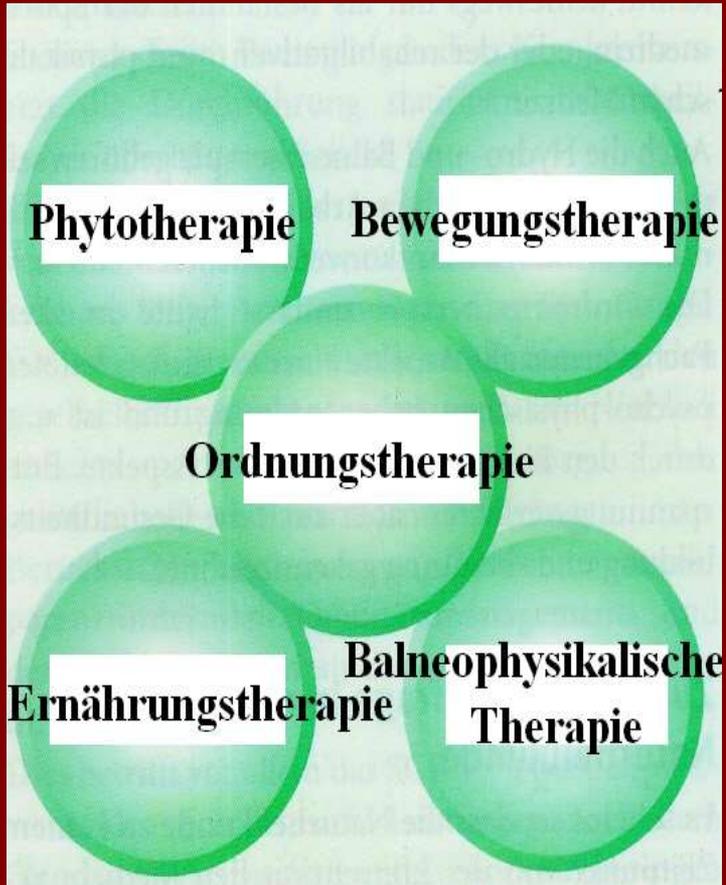
WHO-III

starke Opioide

- Morphin
- Oxycodon (x2)
- Oxycodon/Naloxon
- Hydromorphon (x7)
- Buprenorphin (x70)
- Fentanyl (x100) etc.

VAS > 7

Die fünf klassischen Naturheilverfahren



Ganzheitliche Behandlungsmethode, in der als Wirkkräfte die Naturfaktoren Licht und Luft, Wasser und Erde, Wärme und Kälte, Bewegung und Ruhe, Ernährung und Nahrungsenthaltung, heilsame seelische Einflüsse sowie Heilpflanzen zur Anwendung kommen.

Phytotherapeutika :

- geprüft nach Arzneimittelgesetz (AMG 2) auf Qualität, Wirksamkeit, Unbedenklichkeit. (Kommission E)
- bei akuten u. starken Arthroseschmerzen nur bedingt geeignet
- in der Regel auf Kassenrezept **nicht** verordnungsfähig, da zu geringe Nebenwirkungen !!!
Ausnahmen: Johanniskraut, Gingko, Flohsamen, Mistel, Phytoestrol

- **Phytodolor**

- Tinktur aus Goldrutenkraut, Zitterpappelrinde /
 - Blättern, Eschenrinde
- ca. 3 x 30-40 Tropfen /Tag.
- höchste Wertigkeit bei Gelenk- und Wirbelsäulenbeschwerden
- 3x weniger Nebenwirkungen als klassische NSAR

- Weidenrinde

- ca. +/- 900mg / Tag

- enthält Salicin (keine Hemmung der der Thrombozytenaggregation und Cyclooxygenase)

- hemmt die knorpelreduzierende Elastin-Reduktase

- bei Kindern, Schwangeren und Marcumar einsetzbar



- Teufelskralle

- ca. 950 – 1200mg /Tag

- Südafrikanische
Heilpflanze



- Wirkeintritt nach ca. 3 Wochen

- hemmt Zytokine und Interleukin (antientzündlich)

- hemmt Matrixproteinasen (knorpelprotektiv)

- **Brennessel**

- z.B. als Frischpflanzenpreßsaft,
Hox alpha, Rheuma Hek 3-4x/d
- diuretischer Effekt
- selten allergische Hauterscheinungen
- in Akutphase hoch dosiert einsetzbar
- hemmt Cytokine, TNF, Prostaglandine

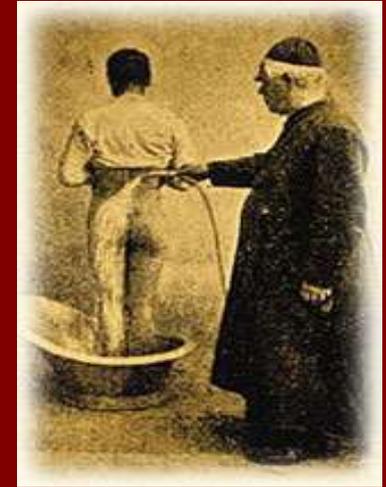


- Enzympräparate aus Südfrüchten (z.B. Wobenzym, Bromelain–POS, Phlogenzym)
- Indischer oder afrikanischer/arabischer Weihrauch (Boswellia serrata / carterii) – 3 x 400-800mg/d
- **Neuraltherapie**
Segment- und Störfeldtherapie mittels Injektionen von Lokalanästhetika mit Komplexhomöopathika
- **Misteltherapie**
i.c. Infiltrationen bis ca. 20mg
- **Orthomolekulare Medizin**
(Substitution von Vitaminen/ Spurenelementen)
z.B. Vit. C / E , Folsäure bzw. neurotrope B-Vitamine, Omega-3-FS usw. i.v.,
Chondroitin/D-Glucosamin/Hyaluronsäure



Kneipp`sche Hydrotherapie

- Güsse (kalt / warm), Wechselgüsse
- (Teil)-Bäder (kalt / warm), Wechselbäder (z.B. Sole, (z.B. CO₂- oder Schwefel, Kamille, Senfmehl)
- Waschungen / Einreibung (z.B. Retterspitz, Arnika)



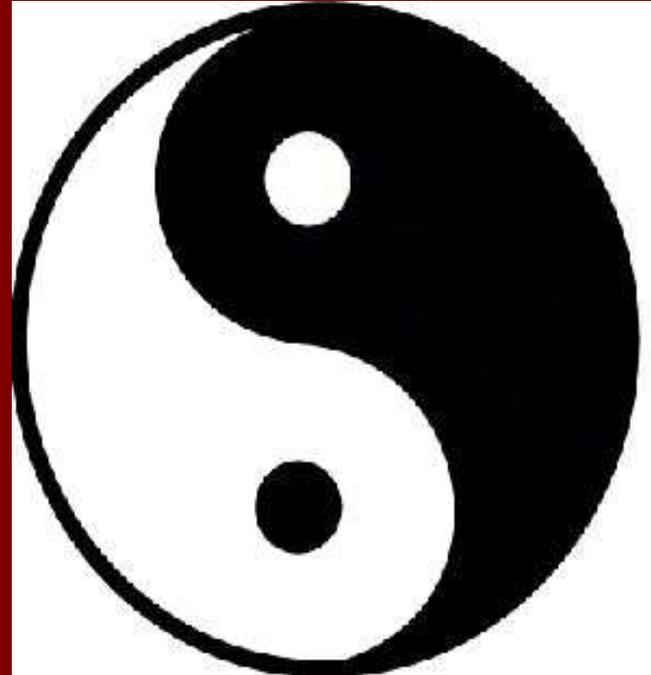
- Wickel (z.B. Quark, Weißkohl, Beinwell, Ingwer)
- Auflagen und Packungen (meist heiß, z.B. Moor, Schlick, Heusack, Capsicum = ABC-Pflaster)
- Spezialanwendungen (Wassertreten, Sauna...)

Ausleitende Verfahren

- Blutegel, Schröpfen, Baunscheidt, Canthariden



- *Akupunktur*



Ursprung: **T**raditionelle
Chinesische **M**edizin (=TCM)

Prinzip: **Ying/Yang**
Energie (=Qi) Harmonie

Akupunktur

Meridiane:

- 1. *(vorderer) Umlauf*
Lunge , Dickdarm , Magen , Milz
- 2. *(hinterer) Umlauf*
Herz , Dünndarm , Blase , Niere
- 3. *(seitlicher) Umlauf*
Pericard, 3-Erwärmer, Gallen-
blase, Leber



Operative Therapie :

- Synovialektomie (Entfernung der Gelenkinnenschleimhaut)
- Knochenanbohrung (z.B. nach Pridie, Beck), Carbonstifte
- Knochen-Knorpeltransplantationen (z.B. oats-Plastik)
- Denervierungen (z.B. mit Alkohol, Kryo, Thermo, RSO / CSO)
- Gelenkversteifung (= Arthrodese) (z.B. OSG, Fingergelenke)
- Muskelerersatzplastik (z.B. am Daumensattelgelenk)
- Gelenk(teil)entfernung (z.B. ACG, Großzehe, Wirbelfacette)
- Umstellungsosteomien (vor allem Knie, Hüfte, Becken)
- „Künstlicher Gelenkersatz“ (= Endoprothese)

Bikondyläre Knie-Endoprothese links (ohne und mit Patellagleitflächenersatz)



Zementfrei implantierte Hüft-Endoprothese beiderseits

*28.04.38 / ID 0019879

04.10.02 09:40:45

PCR 9000

EasyVision RAD R2.3 L.6

—
2140x1760

W=
C=



Kurzschaft- Endoprothese rechte Hüfte

Druckscheibenendoprothese linke Hüfte



Birmingham Hip Endoprothese (= Mc Minn) linke Hüfte

