



srh



SRH Wald-Klinikum Gera
Klinik für Orthopädie und Endoprothetik

Für ein gesundes Knie

Ursachen, Folgen und
Behandlungsmöglichkeiten
bei Kniebeschwerden

Ihr Weg zu neuer Beweglichkeit



Kniebeschwerden sind vielfältig.

Symptome sollten Sie früh behandeln.

Es knirscht bei jeder Bewegung, es tut weh oder sticht unangenehm – Beschwerden im Knie sind so vielfältig wie ihre Ursachen. Das Alter, Verletzungen oder große Belastung etwa durch Sport oder Beruf können unser Kniegelenk so in Mitleidenschaft ziehen, dass es früher oder später nicht mehr „rund“ läuft. Irgendwann kann jeder Schritt zur Qual werden. Sie fühlen sich in Ihrer Bewegung eingeschränkt, weil nichts mehr beschwerdefrei geht.

Unsere Behandlung

Es ist Ihre Entscheidung für beschwerdefreie Bewegung.

Mit der richtigen Therapie können Kniebeschwerden effektiv gelindert werden. Wichtig ist dafür, die genaue Ursache zu kennen. Denn Knieprobleme können sehr unterschiedliche Auslöser haben.

Ebenso vielfältig sind die Behandlungsansätze. Im Anfangsstadium helfen oft konservative Maßnahmen wie Medikamente, Physiotherapie, Orthesen oder Schuhzurichtungen. Ist hier alles ausgeschöpft und kann Ihr eigenes Gelenk nicht erhalten werden, gibt es heute moderne Operationsverfahren, mit denen wir Ihnen ein lang haltendes, gut verträgliches Implantat einsetzen können, das Ihr Knie wieder in seine alte Form bringt.



»Je früher ein schmerzendes oder unbewegliches Knie untersucht wird, desto größer ist die Chance, dass es mit der passenden Behandlung zu alter Form zurückfindet.«

Chefarzt Dr. Rando Karl Winter

Leiter der Klinik für Orthopädie und Endoprothetik

A photograph showing a doctor in a white lab coat on the right, holding a clipboard and a pen, looking towards an elderly patient on the left. The patient is wearing a blue sweater and glasses. They are sitting at a table in a bright, clinical setting. The text 'Mehr Lebensqualität durch die richtige Diagnose und Therapie bei Kniebeschwerden' is overlaid in white on the lower half of the image.

Mehr Lebensqualität durch
die richtige Diagnose und
Therapie bei Kniebeschwerden

**Ursachen & Auswirkungen
von Kniebeschwerden**

Wenn die Knie Probleme bereiten

Ganz plötzlich wie aus dem Nichts, schleichend über Jahre oder bei bestimmten Bewegungen – ganz gleich, wie und wann Kniebeschwerden auftreten, belastend sind sie immer. Schließlich ist das Gelenk Dreh- und Angelpunkt für unsere Bewegungsfreiheit. Umso spürbarer fühlen wir uns eingeschränkt, wenn ein Knie streikt.

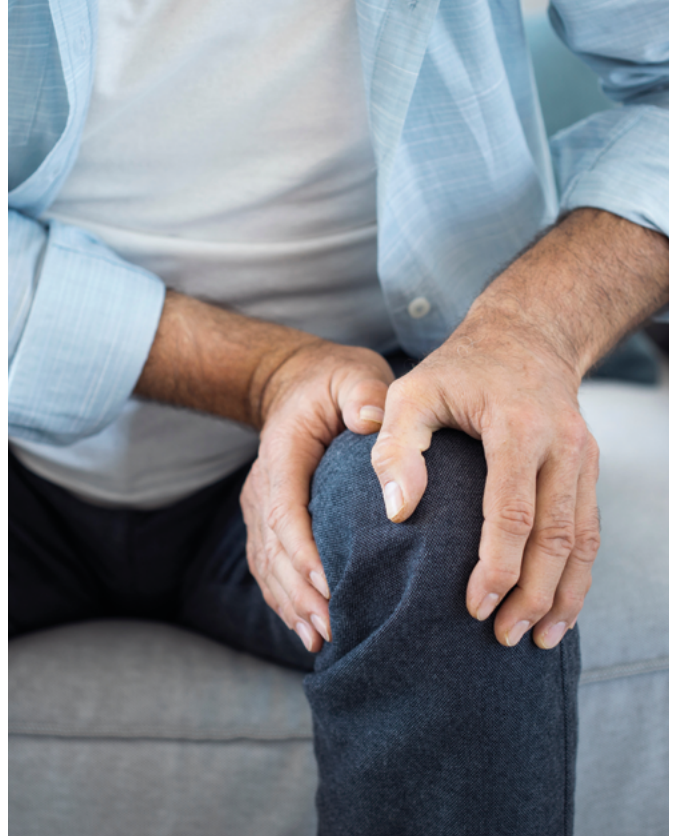
Kniebeschwerden sind weit verbreitet.

Die Ursachen sind nicht immer gleich erkennbar.

Auf den Knien lastet unser gesamtes Gewicht. Wenn wir gehen, laufen oder springen, dann wird die Druckbelastung noch erhöht. Damit die Kniegelenke das abfangen können, wirken die umliegenden Muskeln, Bänder und Sehnen wie Stoßdämpfer. Das ist eine große Aufgabe. Und mit dem Alter und der Beanspruchung steigt die Anfälligkeit der Kniegelenke.

So hat auch etwa jeder fünfte Deutsche Probleme mit einem oder beiden Kniegelenken. Mit zunehmendem Alter betrifft das sogar fast jede zweite Frau und jeden dritten Mann.

Warum die Kniegelenke schmerzen oder unbeweglich werden, kann sehr viele Ursachen haben. Nicht immer ist sofort klar, worauf die Beschwerden zurückzuführen sind. Das liegt nicht zuletzt auch daran, dass unser Kniegelenk sehr komplex ist.



Wir behandeln Sie Schritt für Schritt.

Die Therapie wird auf Sie abgestimmt.

In unserer Klinik für Orthopädie und Endoprothetik haben wir uns auf Gelenkerkrankungen spezialisiert.

Wir behandeln Sie bei Kniebeschwerden systematisch von der Diagnostik über die konservative Therapie bis zur Operation, bei der wir das Kniegelenk in Teilen oder komplett künstlich ersetzen. Dabei profitieren Sie von unserer Rundumversorgung, bei der wir ambulant und stationär Ihre gesamte Behandlung in einer Hand belassen und sichern können.

Knieprobleme – das sind häufige Ursachen und Symptome.

Das Kniegelenk ist das größte Gelenk in unserem Körper. Es verbindet Ober- und Unterschenkel miteinander und wir benötigen es für nahezu jede Art der Fortbewegung. Funktioniert es nicht mehr reibungslos, kann Bewegung zum Problem und Schmerz zur Gewohnheit werden. Die Ursachen dafür sind vielfältig – Abnutzung und Verletzungen gehören zu den häufigsten.

Akute Beschwerden

Wenn der Schmerz plötzlich kommt

Knieschmerzen können an verschiedenen Stellen des Gelenks spürbar werden, etwa an der Innen- oder Außenseite, an der Kniescheibe oder auch in der Kniekehle. Ein ungeschickter Tritt, große und falsche Belastung, Stürze oder auch Schläge können das Knie verletzen, es unbeweglich(er) machen und vor allem einen akuten Schmerz hervorrufen. Er hält wenige Stunden bis einige Tage an und klingt dann in der Regel wieder ab, entweder spontan und durch Schonung der betroffenen Stelle oder durch eine Behandlung.

Akuter Knieschmerz ist meist unmittelbare Folge einer Schädigung oder Verletzung. Er ist ein Warnsignal des Körpers und zeigt damit an, dass etwas nicht stimmt.

Chronische Beschwerden

Wenn der Schmerz bleibt

Irgendwann beginnen die Kniebeschwerden. Meist gibt es auch hier einen Auslöser. Aber auch wenn etwa eine den akuten Schmerz verursachende Verletzung geheilt ist, verschwindet der Schmerz nicht. Er verselbstständigt sich mit der Zeit und ist nicht mehr auf eine exakte Ursache zurückzuführen. Schmerzen werden als chronisch bezeichnet, wenn sie lange anhalten – häufig mehr als drei Monate.

Chronischer Knieschmerz kann relativ konstant bestehen, aber auch phasenweise aufflammen und stärker oder schwächer werden.

Mögliche Ursachen von Kniebeschwerden

Unser Kniegelenk ist sehr komplex aufgebaut und muss enorme Belastungen aushalten, nämlich unser Gewicht und alle Bewegungen. Das Gelenk besteht aus Knochen, Knorpel, Muskeln, Sehnen und Bändern. Jede dieser Komponenten ist anfällig für Schäden.

Kniewerletzungen

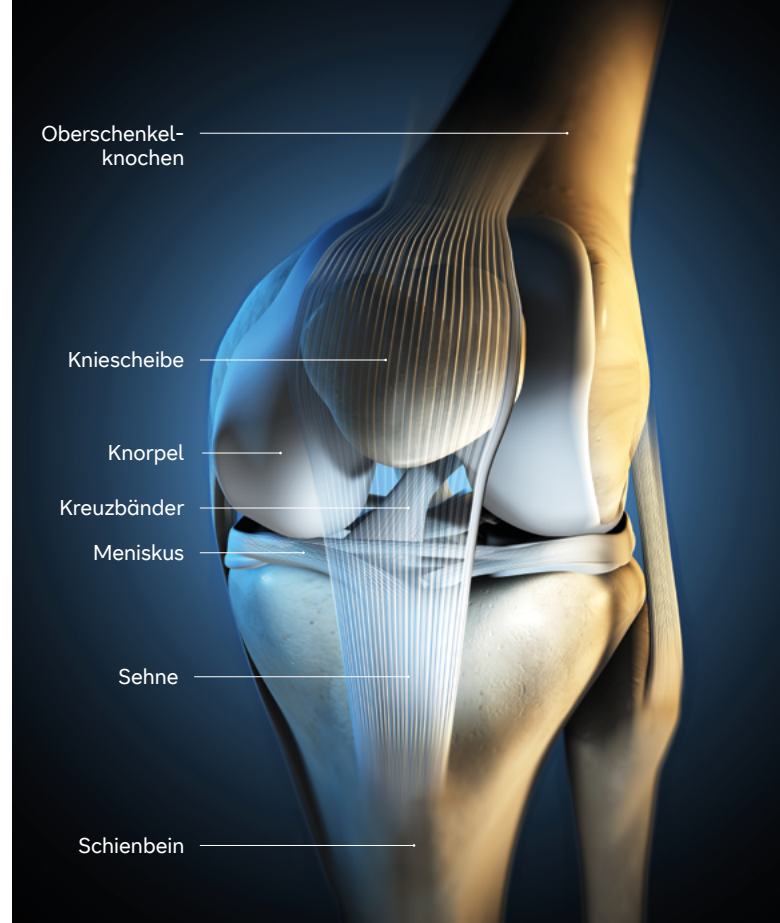
Dauerhafte Fehlbelastungen des Knies im Alltag oder beim Sport können zu Beschädigungen führen. Vor allem Sportarten wie Skifahren, Fußball oder Tennis bergen eine hohe Verletzungsgefahr. Durch Bewegungsstopps, Drehungen oder Sprünge wird das Kniegelenk besonders herausgefordert. Prellungen, Zerrungen und Kniescheibenverrenkungen sind nicht selten. Zu den häufigsten Verletzungen gehören Meniskusschäden, bei dem die Knorpelscheiben zwischen Unter- und Oberschenkelknochen an- oder einreißen.

Verletzungen von Bändern und Sehnen

Zahlreiche Bänder stabilisieren unser Kniegelenk. Werden sie stark überdehnt, können die Bänder ein- oder sogar durchreißen und unser Kniegelenk dadurch „haltlos“ machen.

Fehlstellungen und Deformationen

Fehlstellungen und Defekte können angeboren oder erworben sein. Viele Betroffene erkennen nicht, dass sie O- oder X-Beine haben. Beschwerden treten oft erst dann auf, wenn die Fehlstellung mit den Jahren zur Abnutzung der Kniegelenkfläche führt. Auch ein Bruch in der Nähe des Kniegelenks kann zu einer Fehlstellung führen, etwa wenn der Knochen nicht an der richtigen Stelle ausgeheilt ist.



Knorpelschäden

Die schützende Knorpelschicht im Gelenk sorgt für den reibungslosen Bewegungsablauf. Wird das Knorpelgewebe durch Verletzung oder Verschleiß beschädigt bzw. abgenutzt, muss man das zunächst nicht gleich spüren. Ein Knorpelschaden verursacht häufig erst dann Schmerzen, wenn er ein gewisses Ausmaß überschritten hat.

Rheuma

Bei der rheumatoiden Arthritis greift das Immunsystem körpereigenes Gewebe in der Kniestruktur an – es kann sich eine chronische Gelenkentzündung entwickeln, die den gesunden Knorpel zerstört und zu Schmerzen und Bewegungseinschränkungen führt.

Stoffwechselkrankheiten

Bei Erkrankungen wie z. B. Gicht kann es durch chronisch ablaufende Entzündungsprozesse zu Veränderungen mit schmerzhaften Schwellungen auch im Kniegelenk kommen. Möglich sind daraus resultierende Verformungen und Gehbehinderungen.

Infektionen

Infektionen im Kniegelenk sind eher selten. Sie können durch Bakterien, Viren oder auch Pilze verursacht werden, die über die Blutbahn oder auch bei Operationen ins Kniegelenk gelangen. Eine infektionsbedingte Entzündung kann eine Knorpelschädigung auslösen und dadurch zu krankhaften Veränderungen der Kniegelenkstrukturen führen.

Tumore

Ein Tumor im Knie kann im Weichteilgewebe oder auch im Knochen selbst entstehen. Knochentumore schwächen die Stabilität des betroffenen Gelenks erheblich. Es kann zu spontanen Brüchen bei normalen Bewegungen kommen. Schmerzen z. B. nachts können Anzeichen sein. Vor allem sogenannte Wachstumschmerzen bei Kindern und jungen Erwachsenen sollten gegebenenfalls abgeklärt werden.

Osteoporose

Diese Erkrankung des Skeletts wird auch Knochenschwund genannt. Dabei verringern sich Kalziumgehalt und Struktur der Knochen, wodurch diese porös werden. Schon bei mäßigen Belastungen kann es dann zu Brüchen kommen. Häufig sind Frauen ab der Menopause betroffen. Denn der damit einhergehende Östrogenmangel trägt dazu bei, dass verstärkt Knochenmasse abgebaut wird. Aber auch Mangelernährung und zu wenig Sonnenlicht können Osteoporose begünstigen. Knochenschwund tritt am häufigsten an Wirbelsäule und Hüfte auf. In seltenen Fällen kommt es auch zu Knieschmerzen.

Kniearthrose (Gonarthrose)

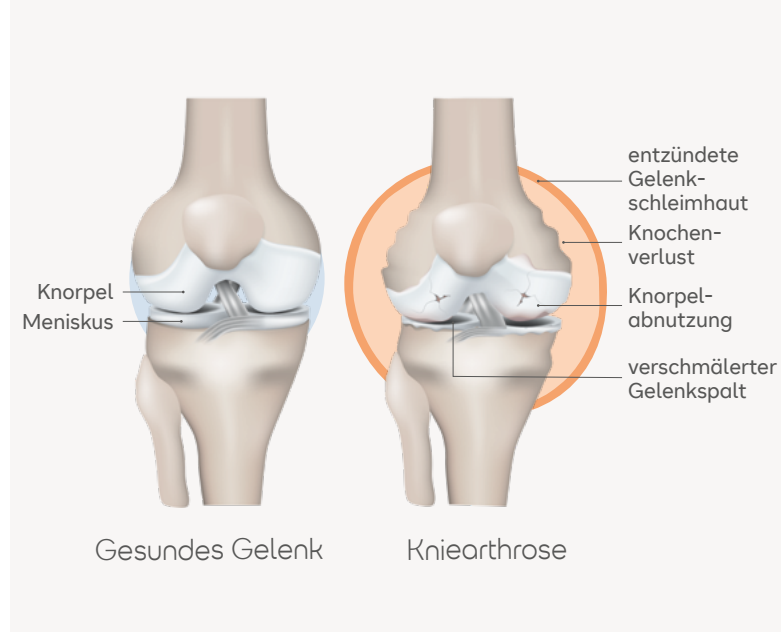
Das Knie fühlt sich nach Ruhepausen erst steif an und es tut weh, wenn Sie es bewegen. Dahinter kann eine Arthrose stecken. Sie entwickelt sich, wenn der Gelenkknorpel dünner wird und das Gelenk nicht mehr schützen kann. Die auch Gonarthrose genannte Erkrankung ist die häufigste Ursache für einen Kniegelenkersatz.

Was ist eine Kniearthrose?

Bei dieser chronischen Erkrankung werden der Knorpel und der angrenzende Knochen geschädigt. Dadurch kommt es zu einem fortschreitenden Verschleiß des Gelenks. Gesundes Knorpelgewebe schützt das Kniegelenk, indem es wie ein Puffer wirkt und so verhindert, dass Ober- und Unterschenkelknochen direkt aufeinander reiben.

Wie entsteht eine Kniearthrose?

Unser Knorpelgewebe nutzt sich im Laufe des Lebens ab, dies ist ein normaler Alterungsprozess. Allerdings kann es schon in jungen Jahren zu übermäßig starkem Verschleiß kommen. Wer etwa körperlich schwer arbeitet oder Leistungssport betreibt, hat ein höheres Risiko, eine Kniearthrose zu entwickeln. Auch falsche Belastungen oder Gelenkfehlstellungen können den Knorpelverschleiß vorantreiben. Knochenbrüche oder Verletzungen können ebenfalls zu Schädigungen führen, die eine Kniearthrose begünstigen, ebenso Erkrankungen wie Gicht. Daneben spielen auch Bewegungsmangel und Übergewicht eine Rolle. Denn je mehr Gewicht auf unseren Kniegelenken lastet und je weniger wir das Gelenk durch Bewegung „schmieren“, desto schneller und massiver verschleißt es.



Wie verläuft eine Arthrose?

Typisch für beginnende Kniearthrose sind Schmerzen, die zunächst nur bei Belastung auftreten. In diesem frühen Stadium helfen Bewegung und Physiotherapie, auch eine Gewichtsabnahme kann entlastend wirken.

Mit der Zeit werden die Schmerzen häufiger und stärker. Vor allem nach längerem Sitzen oder Liegen tun die ersten Bewegungen weh und fühlen sich steif an. Erst nach einigen Schritten ist das Knie wieder beweglicher, die Schmerzen lassen nur langsam nach. Schreitet die Arthrose weiter voran, sind bereits Alltagsbewegungen sehr schmerzhaft und das Kniegelenk lässt sich immer schwerer beugen bzw. strecken und kann sogar unbeweglich werden. Wird der Knorpel immer weiter abgebaut, dann reiben die Knochen aneinander, was zu Entzündungen im Gelenk führen kann. Bei einer ausgeprägten Kniearthrose kann das Gelenk schließlich auch instabil werden und ganz plötzlich unter sehr starken Schmerzen wegnicken.

Diagnose, Therapie &
Rehabilitation

Es geht uns um Ihre
schmerzfremie Mobilität.

Wir begleiten Sie auf Ihrem Behandlungsweg.

Bei uns setzen sich viele Menschen dafür ein, dass Sie gesund werden und bleiben. Um die für Sie beste Behandlung zu finden, ist es wichtig, die tatsächlichen Ursachen zu finden. Ohne diese genau zu kennen, kann es keine erfolgreiche Therapie geben. Dafür arbeiten wir interdisziplinär und klinik- sowie regionsübergreifend im SRH Verbund zusammen.

Hier werden Sie an einem Ort rundum versorgt.

Unsere Klinik für Orthopädie und Endoprothetik ist die Anlaufstelle für Ihren kompletten Behandlungsweg. Bei uns sind Sie in besten Händen – bei ersten Beschwerden wie Schmerzen und auch dann, wenn Sie ein neues Kniegelenk benötigen.

Wir behandeln Sie individuell.

Bei allen Therapieschritten steht Ihnen unser Team aus engagierten Fachärzt:innen zur Seite. Sie werden möglichst von jeweils dem gleichen Arzt bzw. der gleichen Ärztin behandelt und betreut.

So sieht Ihr Behandlungsweg bei uns aus.

Beginnend mit der Spezialsprechstunde in der Orthopädischen Ambulanz über die Operation bis zur Rehabilitation und der Nachbehandlung versorgen wir Sie umfassend und fachkundig.



Es sind Ihre Beschwerden – und es ist Ihre Behandlung.

Darum haben wir immer Ihre ganz individuellen Lebensumstände und Bedürfnisse im Blick und setzen alles daran, dass Sie sich im Rahmen Ihrer Heilungskapazitäten und Möglichkeiten wieder ohne Schmerzen gut bewegen können.

Gelenkerhalt geht immer vor.

Ein künstliches Kniegelenk empfehlen wir immer erst dann, wenn alle anderen Therapiemöglichkeiten ausgeschöpft sind. Hier steht uns die ganze Palette gelenkerhaltender konservativer und operativer Maßnahmen zur Verfügung.

Erst finden wir die Ursache, dann die optimale Therapie.

Es geht um Ihre Behandlung. Darum nehmen wir uns sehr viel Zeit, um Sie und Ihre Beschwerden genauestens kennenzulernen. Ob es eine Spritzenkur oder eine große Operation ist – bei uns sind Sie auf jeder Etappe Ihrer Therapie in den gleichen guten Händen.

Diagnose

Am Anfang steht die exakte Diagnose.

Wo genau schmerzt Ihr Kniegelenk? Welche Bewegungen sind nicht mehr möglich? Und gibt es weitere Beschwerden? Der erste Schritt ist immer eine Erfassung Ihres Zustandes, damit wir eine präzise Diagnose stellen können.

- Wir befragen Sie zu Ihren Beschwerden und machen eine ausführliche Anamnese, auch unter Einbezug Ihrer bisherigen Krankheitsgeschichte.
- Wir untersuchen Ihr Kniegelenk und wenden dabei modernste Diagnoseverfahren an.
- Auf dieser Basis entwickeln wir Behandlungsstrategien, die wir mit Ihnen besprechen. Gemeinsam planen wir dann den weiteren Therapieverlauf.

Die konservative Therapie

Sie ist unser erstes Mittel der Wahl.

Zur Behandlung Ihrer Beschwerden steht uns das ganze Spektrum der konservativen Therapieformen zur Verfügung. Von Schuheinlagen, Orthesen und Krankengymnastik sowie manueller Therapie und Ultraschallbehandlungen über Schmerzmittel bis hin zu Spritzentherapien etwa mit Hyaluronsäure oder der Eigenbluttherapie (ACP) zur Knorpelstabilisierung schöpfen wir alle Möglichkeiten aus.

Gelenkerhalt hat für uns oberste Priorität.

Wir setzen alles daran, Ihr Kniegelenk so lange wie möglich zu erhalten. Maßgabe dabei sind für uns Ihr Leidensdruck und Ihre Lebenssituation. Eine Gelenkoperation sollte aus unserer Sicht immer der letzte Schritt sein, wenn andere Behandlungsmethoden nicht zur Besserung Ihrer Beschwerden geführt haben.

Wir begleiten Sie durch Ihre Therapie.

Wenn wir eine Operation empfehlen, richten wir uns nach Ihren Bedürfnissen. In der Regel sind die Eingriffe planbar. Was der Eingriff bewirken kann und wie operiert wird, besprechen wir detailliert mit Ihnen. Und Sie lernen die Ärzt:innen, die Ihre Operation durchführen, vorher gut kennen und können sich vertrauensvoll mit all Ihren Fragen an sie wenden.

Auf einen Blick

Wichtige Diagnose- & Behandlungsschritte

- Erfassung Ihrer Krankengeschichte
- Befunderhebung mit ausführlicher Untersuchung
- Diagnostik u. a. durch bildgebende Verfahren wie Röntgen, Sonografie, MRT, CT
- Bestimmung von relevanten Laborwerten
- zusammenfassende Befunderläuterung
- Besprechung der Therapieoptionen
- gemeinsame Erstellung des individuellen Behandlungsplans

Eine Therapie gegen Ihre Schmerzen

Jeder Knieschmerz ist anders. Und es gibt unterschiedliche Schmerzqualitäten. Eine exakte Beschreibung Ihrer Kniebeschwerden kann uns helfen, die genaue Ursache diagnostisch einzugrenzen. Zudem können wir Ihnen eine auf Ihren individuell empfundenen Schmerzzustand abgestimmte Behandlung mit Schmerzmitteln anbieten. Dabei wenden wir verschiedene schmerztherapeutische Verfahren an, um eine schnelle und effektive Linderung zu bewirken.

Operative Eingriffe

Wir operieren gewebe- und knochenschonend.

Dabei setzen wir bedarfsgerecht alle Operationsmethoden ein, von minimal-invasiven Eingriffen bis zu umfangreichen Gelenkrekonstruktionen.

Gelenkerhaltende Operationen

Sind die Schäden am Kniegelenk eher gering, können wir Sie mit einer Arthroskopie behandeln. Diese gelenkerhaltende Operation, auch Gelenkspiegelung genannt, ist ein minimal-invasiver Eingriff, bei dem der Knorpel in der Gelenkkapsel gezielt behandelt wird.

Korrektur von Beifehlstellungen

Bei ausgeprägten Fehlstellungen wie O- oder X-Beinen kann durch eine sogenannte Beinachsenbegradigung ein vorzeitiger Gelenkverschleiß verhindert werden.

Gelenkersatz

So wenig wie möglich, so viel wie nötig – das ist unsere Devise, wenn wir Ihr Gelenk ersetzen. Welche Prothesenart für Sie sinnvoll ist, besprechen mit Ihnen die Ärzt:innen, die Ihre Operation dann auch durchführen. Wir verwenden moderne, bewährte Implantate mit langer Standzeit.

Wechseloperationen

Bestehende künstliche Kniegelenke, die sich gelockert haben oder bei denen ein relevanter Verschleiß vorliegt, tauschen wir in Teilen oder komplett aus. Auf diese komplizierten Eingriffe haben wir uns mit besonderer Expertise spezialisiert.

Septische Chirurgie

Seltene Komplikationen wie Infekte bei einliegenden Kunstgelenken sanieren wir nach neuesten medizinischen Erkenntnissen.

Was Sie über den Einsatz künstlicher Kniegelenke wissen sollten.

Mit einer Knie-Endoprothese gewinnen Sie Mobilität zurück, bleiben selbstständig und können wieder ein aktiveres Leben führen. Außerdem verhindert der künstliche Gelenkersatz, dass Muskeln und Sehnen sich weiter zurückbilden und Fehlhaltungen entstehen, die andere Gelenke beeinträchtigen. Wir wägen immer gemeinsam mit Ihnen ab, ob und welche Knieprothese für Sie sinnvoll ist. In ausführlichen Gesprächen erklären wir Ihnen vor der Operation, was auf Sie zukommt und was Sie nach dem Eingriff beachten müssen.

Was ist eine Knie-Endoprothese?

Das Implantat ersetzt Ihr Kniegelenk.

Eine Knie-Endoprothese (von griechisch „endo“ für „innen“) ist ein künstliches Kniegelenk, mit dem ein geschädigtes natürliches Gelenk ersetzt wird. Es verbleibt dauerhaft im Körper.

Bei einem teilweisen Ersatz wird nur der geschädigte Bereich des Knies ersetzt. Der noch funktionierende Gelenkbereich bleibt erhalten. Muss ein Gelenk vollständig ausgetauscht werden, wird es ganz entfernt, um durch ein Implantat ersetzt zu werden.

Wie ist ein künstliches Kniegelenk aufgebaut?

Jede Knieprothese besteht aus mindestens drei Komponenten.

Jeweils drei Komponenten werden bei der Implantation einer Knieprothese eingebaut. Gegebenenfalls können sie auch einzeln ausgetauscht werden:

- Oberschenkelanteil (Femurkomponente)
- Unterschenkelanteil (Tibiakomponente)
- Kunststoffscheibe, die auf dem Unterschenkelanteil aufliegt



Zimmer Biomet Persona® Knie-Total-Endoprothese

Für das Kniegelenk gibt es verschiedene Arten von Prothesen. Der entscheidende Unterschied ist, ob die Prothese die Gelenkfläche ganz oder nur teilweise ersetzt. Welche Prothesenart für Sie infrage kommt, hängt von einigen Faktoren ab. Ihr Alter, der Zustand der umliegenden Bänder, Muskeln und Knochen, aber auch Allergien spielen bei der Wahl eine Rolle.

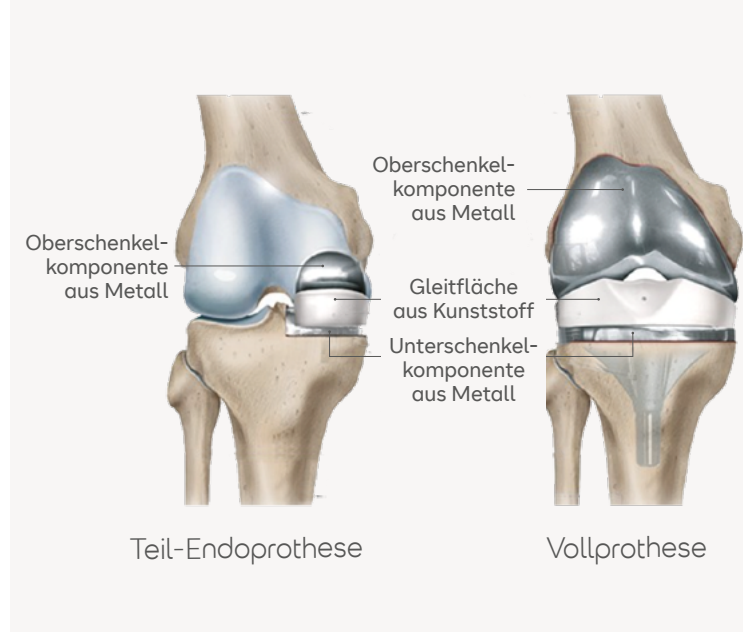
Aktuell erhalten in Deutschland rund 85 Prozent der Patient:innen, die sich für einen Gelenkersatz entscheiden, eine Vollprothese. Bei etwa 10 Prozent wird eine Teil-Endoprothese eingesetzt. Die meisten Patient:innen sind bei der Erstimplantation zwischen 60 und 70 Jahren alt.

Diese Prothesenarten gibt es

Teil-Endoprothese (einseitige Schlittenprothese)

Hierbei werden nur die betroffene Gelenkfläche des Oberschenkelknochens und die gegenüberliegende Gelenkfläche des Schienbeins ersetzt. Dafür müssen beide Kreuzbänder und Innen- sowie Außenband des Knies noch intakt sein. Größere Fehlstellungen lassen sich mit diesen Prothesen nicht korrigieren.

Vorteile: Eine Teil-Endoprothese ersetzt nur den Bereich des Knies, der nicht mehr funktionstüchtig ist. Darum ist die Operation oft weniger aufwendig. Als Nachbehandlung ist eine ambulante Reha oft ausreichend. In der Regel können Sie nach etwa sechs Wochen die meisten Tätigkeiten wieder ausüben. Die meisten Patient:innen berichten, dass sich die Teilprothese nicht anders anfühlt als ihr eigenes Gelenk.



Total-Endoprothese (Knie-TEP, Vollprothese)

Eine Vollprothese ersetzt die gesamten Gelenkflächen des Oberschenkelknochens und des Schienbeinkopfes. Sie ist meist dann unumgänglich, wenn beim ganzen Kniegelenk eine Abnutzung mit schweren, schmerzhaften Bewegungseinschränkungen vorliegt.

Vorteile: Vor allem bei großem Leidensdruck kann eine Vollprothese die Funktionsfähigkeit des Knies wiederherstellen. In der Regel hält eine Knie-TEP mindestens 25 Jahre.

Befestigung

Wie wird die Knie-Endoprothese befestigt?

Die einzelnen Komponenten Ihres künstlichen Kniegelenks werden mit den körpereigenen Knochen verbunden. In der Regel verwenden wir hierfür einen speziellen medizinischen Knochenzement.

Materialien

Woraus besteht Ihre Knie-Endoprothese?

In der Regel wird widerstandsfähiges und stabiles Material wie Metall-Legierungen und hochvernetzte Kunststoffe verwendet. Die Materialien müssen einige Kriterien erfüllen. Schließlich handelt es sich um körperfremde Substanzen, die Ihr Organismus tolerieren muss, damit Ihr Implantat möglichst lange beschwerdefrei hält. Beim Aneinanderreiben der Gleitpaare der Knieprothese darf kein relevanter Abrieb entstehen. Liegt bei Ihnen eine Metall-Allergie vor, etwa gegen Nickel, versorgen wir Sie mit einer Prothese aus einer Titanlegierung oder mit einer Keramikoberfläche. Bevor wir das Material wählen, fragen wir Sie nach bekannten Unverträglichkeiten.

Lebensdauer

Wie lange hält Ihre Knie-Endoprothese?

Die sogenannte Standzeit für eine Knie-TEP aus modernen körperverträglichen Metall-Legierungen liegt bei ungefähr 25 Jahren. Wie lange und wie gut das Implantat hält, hängt allerdings auch von einigen Faktoren ab. Das Alter spielt eine Rolle: Bei jüngeren Patient:innen beispielsweise ist mit größeren Bewegungsbelastungen zu rechnen, was sich auf die Lebensdauer der Prothese auswirken kann. Auch Übergewicht oder intensiver Sport haben mitunter einen negativen Einfluss.

Komplikationen

Welche Risiken hat die Operation?

Implantatlockerungen, Infektionen und eine Instabilität des Gelenkes sind die bekanntesten Komplikationen. Selten kommt es unmittelbar nach der Operation zu Wundheilungsstörungen, Missempfindungen oder einer Schwäche im Bein. Während des Eingriffs können in seltenen Fällen Nerven und Gefäße verletzt werden, bei Wechseloperationen oder mehrfach operierten Patient:innen ist das Risiko etwas erhöht.

Um die bestehende Thrombosegefahr zu mindern, geben wir vier Wochen lang entsprechende Medikamente. Nervenschädigungen oder chronische Schmerzen mit oder ohne Bewegungseinschränkung sind nicht ausgeschlossen, lassen sich aber nicht immer auf den Gelenkersatz zurückführen.

Welchseloperationen

Wann muss die Knie-Endoprothese getauscht werden?

Bei zunehmendem Verschleiß oder Lockerung kann eine erneute Operation – eine sogenannte Revision – nötig werden. Da diese im Anfangsstadium nicht immer Beschwerden hervorrufen, sind regelmäßige Röntgenverlaufskontrollen alle drei Jahre wichtig. Nur so können Veränderungen rechtzeitig erkannt werden. Treten Komplikationen auf, sitzt das Implantat nicht richtig oder hat sich eine Infektion gebildet, muss die Knieprothese je nach Befund frühzeitig komplett gewechselt oder einzelne ihrer Komponenten müssen ausgetauscht werden.

Teamwork für Ihre Heilung

Gemeinsam arbeiten wir daran, dass Sie nach dem Eingriff schnell wieder genesen. Unser erfahrenes Team aus Medizin, Physiotherapie und Pflege unterstützt Sie vor, während und nach Ihrer Operation. Und schon vor dem Eingriff können Sie Kontakt zu unserem Sozialdienst aufnehmen. Dieser berät und unterstützt Sie gerne rund um Ihre Reha und die Nachsorge und Hilfestellungen für zu Hause.

Wir mobilisieren Sie schon in unserer Klinik.

Das erste Mal Aufstehen oder der erste Toilettengang – unsere Pflegekräfte helfen Ihnen nach der Operation mit viel Einfühlungsvermögen genau da, wo Sie es brauchen. Und die ersten vorsichtigen Schritte machen Sie an der Seite unserer erfahrenen Physiotherapeut:innen, möglichst schon am ersten Tag nach dem Eingriff.

Ihre ambulante Reha

Morgens in die Klinik, abends wieder nach Hause: Bei uns können Sie im Anschluss an Ihre Operation eine ambulante Rehabilitationsmaßnahme absolvieren. So werden Sie nicht aus Ihrem Alltag gerissen und können trotzdem das volle Programm in Anspruch nehmen.



Die stationäre Reha

Falls Ihre Versorgung zu Hause (noch) nicht geklärt ist oder Sie lieber an einem Ort aufgehoben sein und rundum betreut werden wollen, bietet sich eine stationäre Rehabilitation an.

Physiotherapie für den Übergang

Es kann vorkommen, dass Ihre Reha nicht unmittelbar nach Ihrer Operation und dem anschließenden Klinikaufenthalt bei uns beginnt. Damit Sie in der Zwischenzeit am Ball bleiben und weiter an Ihrer Beweglichkeit arbeiten, können wir Ihnen bei Bedarf Physiotherapiebehandlungen verschreiben.

Wir lassen Sie nicht alleine.

Weitere Informationen

Ihre Fragen, Sorgen und Bedürfnisse sind uns wichtig. Sprechen Sie uns an, wenn Ihnen etwas auf dem Herzen liegt – wir sind für Sie da!

Spezialsprechstunde für Hüfte und Knie
in der Orthopädischen Ambulanz im
SRH Wald-Klinikum Gera

Unsere telefonische Erreichbarkeit

- MO 07:30–10:00 | 13:00–15:00 Uhr
- DI 07:30–10:00 | 13:00–15:00 Uhr
- MI 08:30–11:00 | 13:00–16:00 Uhr
- DO 09:00–11:00 | 13:00–15:00 Uhr
- FR 07:30–12:00

**Sie benötigen keine Überweisung
in die Sprechstunde.**

**Zur ambulanten Terminvereinbarung
für unsere Sprechstunde**

T 0365 828-3730
OrthopaedischeAmbulanz.wkg@srh.de

**Zur stationären Terminvereinbarung
oder Fragen zur Ihrer OP**

Chefarztsekretariat

Dana Wolf & Jana Blumenstein

T 0365 828-3741

T 0365 828-3743

orthopaedie-gera@srh.de

Unsere Partner in der Orthopädie.

In unseren angeschlossenen orthopädischen
Praxen in Gera werden Sie ambulant
behandelt, auch vor und nach einer Operation.

Orthopädische Praxis am Puschkinplatz in Gera

Jens Pollack, Enrico Pfuhez, Dr. Rico Ilgen
Puschkinplatz 2–3, 07545 Gera

**Spezialsprechstunde für Hüfte und Knie
sowie Sport-Orthopädie**

T 0365 55196456

orthopaedie-gera4@srh-poliklinik.de

Orthopädische Praxis in Gera-Lusan

Dr. Andreas Meyer, Sven Pabst

Schleizer Straße 35–37, 07549 Gera

**Fuß- und Handsprechstunde sowie Spezial-
sprechstunde für Hüfte und Knie**

T 0365 7101011

orthopaedie-gera2@srh-poliklinik.de

**Sie benötigen keine Überweisung
in die Sprechstunde.**

Wenn Sie ein neues Gelenk benötigen

Die Entscheidung für ein künstliches Gelenk fällt vielen Menschen nicht leicht. Sicher haben auch Sie vorab viele Fragen. Schließlich ist die Operation ein großer Eingriff. Wie sich das künstliche Gelenk im Körper anfühlt und ob Ihre Beschwerden ganz verschwinden, kann niemand voraussagen. Allerdings können wir Ihnen aufgrund unserer langjährigen Erfahrung bescheinigen: Die weit überwiegende Mehrzahl unserer Patient:innen findet nach der Gelenkoperation zu neuer Lebensqualität.

Bin ich nicht schon zu alt oder noch zu jung für ein neues Gelenk?

Das Alter ist zwar ein Faktor, der über die Art der Prothese und das Operationsverfahren entscheiden kann. Aber grundsätzlich zu jung oder zu alt für ein neues Gelenk ist man nicht. Unsere Fachärzt:innen wägen sehr genau ab, ob und welche Prothese sich für Sie eignet. Darauf können Sie vertrauen und sich auf unsere ausgewiesene Expertise verlassen.

Sollte ich eine Zweitmeinung einholen?

Wir untersuchen Sie und besprechen mit Ihnen mögliche Behandlungsoptionen – Sie entscheiden aber letztlich, welchen Therapieweg Sie einschlagen wollen. Unsere Empfehlung beruht auf unserer Diagnose und Erfahrung. Falls Sie unsicher sind, möchten wir Sie in jedem Fall dazu ermuntern, die Meinung von weiteren Fachmediziner:innen einzuholen, damit Sie zu einer Entscheidung finden, die sich für Sie richtig und gut anfühlt.

Wer hilft mir, wenn ich Probleme mit meiner Prothese habe?

Für uns ist Ihre Behandlung mit der Entlassung aus unserer Klinik nicht abgeschlossen. Wir sind auch danach für Sie da. Denn wir kennen Ihre Krankengeschichte und den Verlauf Ihrer Genesung. Kontaktieren Sie uns, wenn Sie Fragen, übermäßige Schmerzen oder unerwartete Bewegungsprobleme haben. Und Sie können sich jederzeit in der Notaufnahme unseres Klinikums oder nach telefonischer Anmeldung in unseren orthopädischen Praxen vorstellen.

»Wir freuen uns, von so vielen Patientinnen und Patienten die Rückmeldung zu bekommen, wie gut sie mit ihrem neuen Kniegelenk zurechtkommen und dass sie endlich schmerzfrei sind in Alltag, Beruf und Freizeit.«

Oberarzt Dr. Michael Böhme-Steinhauff,
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Häufig gestellte Fragen – unsere Antworten

»Wir klären unsere Patientinnen und Patienten immer persönlich sehr ausführlich auf. Dabei sprechen wir auch über ihre Sorgen und Bedenken.«

Oberärztin Dr. Franziska Müller-Haun,
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

Erfahren Sie mehr!

Weitere Informationen zu unserer Klinik finden Sie auf unserer Website. Schauen Sie mal vorbei! Einfach QR-Code scannen – oder folgen Sie dem **Short-Link** bit.ly/3Sg51nW



Wie kann und muss ich mich auf die Gelenkoperation vorbereiten?

Erkrankungen der Mundhöhle wie z. B. Parodontitis können das Risiko für Komplikationen durch Infektionen an den Kunstgelenken erhöhen. Daher erfragen wir vorab auch Ihren Zahnstatus. Behandlungen wie z. B. eine Wurzelbehandlung, sollten zuvor abgeschlossen sein. Auch offene Stellen, Eiterungen oder eine Verletzung im Bereich, wo operiert werden soll, müssen vor Ihrer Operation ausgeheilt sein. Ein optimal eingestellter Langzeitzucker bei Menschen mit Diabetes unterstützt die Wundheilung. Wenn Sie Diabetes haben, müssen Sie bei der Einnahme bestimmter Tabletten ca. zwei Tage vor der Operation pausieren. Sprechen Sie hierüber mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt oder mit uns.



Muss ich mit Schmerzen nach der OP rechnen?

Schmerzen nach einer Knieoperation sind nicht ungewöhnlich und meist Ausdruck einer Reizung des Gewebes oder einer muskulären Überlastung. Im Operationsbereich tritt immer eine Schwellung auf, die Spannungsgefühle erzeugen kann. Solange Sie es brauchen, versorgen wir Sie mit Schmerzmitteln, die Ihre Beschwerden lindern.

Brauche ich nach der Operation dauerhaft Medikamente?

Nach einem operativen Eingriff besteht immer das Risiko, dass Blutgerinnsel entstehen. Um diese Thrombosegefahr zu reduzieren, erhalten Sie vier Wochen lang Medikamente. Bei der Prothesenversorgung hat sich die orale Einnahme gegenüber der täglichen Spritzengabe durchgesetzt.

Wie lange dauert es, bis ich nach dem Eingriff wieder fit bin?

Das hängt von Ihnen, Ihrem allgemeinen Gesundheitszustand und der Schwere der Operation ab. In der Regel bleiben Patient:innen danach ca. sieben Tage stationär bei uns. Individuell kann das aber unterschiedlich sein. Für uns ist es auch weniger eine Frage der Zeit, sondern der Fähigkeiten: Mit Gehhilfen und Unterstützung sollten Sie am Tag Ihrer Entlassung weitgehend selbstständig gehen und Treppen steigen können. Die Wunde muss trocken sein und sich auf einem guten Heilungsweg befinden.

Wann ist mein Knie wieder voll funktionsfähig?

Auch das ist unterschiedlich. In der Regel ist Ihr Kunstgelenk so stabil verankert, dass Sie es schon unmittelbar nach der Operation belasten können. Normalerweise können Sie nach wenigen Wochen wieder leichte Alltagstätigkeiten verrichten und zwölf Wochen nach Ablegen der Gehhilfen auch wieder Auto fahren.



Mit Sport sollten Sie einige Zeit noch vorsichtig sein und auch auf Ihr inneres Gespür hören: Sind Bewegungen unangenehm, dann sollten Sie diese noch vermeiden.

Wie sieht die Nachsorge aus?

Wenn Sie entlassen werden, geben wir Ihnen den Termin für Ihre erste Nachkontrolle in einer unserer orthopädischen Praxen direkt mit. Dort untersuchen wir dann Sitz und Zustand Ihres Gelenkersatzes. Danach sollten Sie etwa alle drei Jahre zur Kontrolle kommen – auch wenn Sie beschwerdefrei sind. Im Fall von Harnwegsinfektionen, Infektionen im Mund-Rachen-Raum oder anderweitigen Infekten kann die Einnahme von Antibiotika notwendig sein, auch um Ihre Prothese zu schützen. In diesem Fall ist eine Vorstellung bei einer Ärztin oder einem Arzt unerlässlich.



Das Leben ist ein Fluss.
Alles ist in Bewegung.
Sie müssen diesen Weg
nicht alleine gehen. Wir
gehen den Weg mit Ihnen
gemeinsam.

Aus Leidenschaft fürs Leben.

Das SRH Wald-Klinikum Gera

Wir sind eines der größten Krankenhäuser in Ostthüringen und gestalten die gesundheitliche Versorgung der Menschen in der Region und darüber hinaus. Als Teil der SRH, einem Stiftungsunternehmen mit wegweisenden Angeboten in den Bereichen Bildung und Gesundheit, setzen wir auf die Stärke unseres Verbundes. So schaffen wir zukunftsfähige, nahtlos ineinandergreifende stationäre und ambulante Angebote, um Patient:innen gezielt und sicher zu behandeln. Dazu arbeiten wir fachübergreifend zusammen und decken gemeinsam mit unseren Partnern nahezu das gesamte medizinische Leistungsspektrum ab. Mit über 100 Medizinischen Versorgungszentren, einer Tagesklinik, einem Rehasentrum, ambulanten Pflegediensten und einem Hospiz begleiten und unterstützen wir Menschen auf Ihrem Lebensweg. Unser zertifiziertes Onkologisches Zentrum ist überregional anerkannt und führend in der interdisziplinären Behandlung von Krebserkrankungen.

Sie haben Fragen?

Wir sind für Sie da. Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns.

Chefarztsekretariat

T 0365 828-3741 und

T 0365 828-3743

orthopaedie-gera@srh.de

Wir informieren Sie zum Umgang mit Ihrem Implantat nach der Medizinprodukte-Betreiberverordnung (MPBetreibV).