

12.06.2006 - Tech&Science / Gesundheit

## Künstliche Kniegelenke werden immer besser

VON CLAUDIA RICHTER

*Gelenkersatz. Das Alter der Patienten, die sich ein neues Knie einsetzen lassen, sinkt beständig.*

Ob es gut ist, sei dahinge stellt, Tatsache ist: Patienten, die sich ein künstliches Knie einsetzen lassen, werden immer jünger. "Wahrscheinlich ist neben übermäßiger mechanischer Belastung auch das zunehmende Übergewicht ein Grund dafür", mutmaßt Univ.-Prof. Dr. Karl Knahr, Vorstand der II. orthopädischen Abteilung am Orthopädischen Spital Wien-Speising. Fettleibigkeit aber schadet auch den Kniegelenken, und Arthrose - eine der häufigsten Ursachen für ein Kunstknie - tritt in immer jüngeren Jahren auf, heutzutage ist bereits die Generation 40+ betroffen. Mehr als 14.000 Kniegelenke werden jährlich in Österreich künstlich ersetzt.

"Im Jahr 1981 haben wir zehn Knie und 100 Hüften eingesetzt, 2005 waren es jeweils 600", berichtet Knahr, "um der Nachfrage gerecht zu werden, operieren wir jetzt täglich bis 17.00 Uhr, früher machten wir schon gegen 13.00, 14.00 Uhr Schluss."

Ein weiterer Grund für den früheren Einsatz eines künstlichen Gelenks ist sicher der rasante Fortschritt, den Knie-Endoprothesen und Operationstechniken in den letzten Jahren gemacht haben: Die Implantate gewähren immer mehr Bewegungsspielraum, die Eingriffe werden immer schonender, die Endoprothesen sind immer länger haltbar.

Dennoch raten die meisten Mediziner ihren Patienten, den operativen Eingriff so lange wie möglich hinaus zu zögern und den Krankheitsverlauf von Arthrose vorerst mit einer Reihe therapeutischer Maßnahmen zu verlangsamen. Dazu zählen unter anderem Abnehmen und regelmäßige, belastungsarme Bewegung. Auch hoch dosiertes Vitamin E soll sich laut [pressetext.austria](http://pressetext.austria) zur Prävention eignen. Es helfe bei der Abwehr zellzerstörender freier Radikaler und bremse außerdem die Produktion entzündungsauslösender Stoffe. Auf diese Weise schütze es den Gelenkknorpel vor weiterem Verfall und könne sogar dazu beitragen, Schmerzmittel einzusparen.

Wenn jedoch Schmerzen unerträglich werden oder die Gelenkzerstörung sehr weit fortgeschritten ist, hilft häufig nur noch ein Implantat. Das könne - so Knahr - durchaus auch jüngeren Menschen empfohlen werden, denn "infolge technischer Entwicklungen verfügen wir heute über Implantate, die eine Funktionsdauer von 20 Jahren erwarten lassen."

Zum anderen bieten moderne Knie-Endoprothesen eine weit bessere Beweglichkeit des Gelenks als ihre Vorgänger. Knahr: "Bis jetzt konnte das Knie mit Kunstgelenk um rund 100 Grad gebeugt werden, das neue Design des CR-Flex-Systems etwa erlaubt eine Beugungsfähigkeit von 130 bis 140 Grad, was der eines gesunden Knies nahe kommt." Zur Veranschaulichung: Schon für alltägliche Bewegungen wie zum Beispiel vom Stuhl aufstehen benötigt man eine Beugungsfähigkeit des Kniegelenks von mindestens 100 Grad. Die modernen Implantate machen also Radfahren, Knien, Hocken oder Gartenarbeit ohne weiteres möglich.

"Die Patienten erwarten das auch", betont der Experte. Lautete früher die Devise "Hauptsache keine Schmerzen mehr und wieder gehen können", so will man heute mit einem künstlichen Knie im Alltag nicht mehr eingeschränkt und sportlich aktiv sein. "Und", fügt Knahr hinzu, "es darf nicht so lange dauern."

Für raschere Rehabilitation sorgt das minimal invasive Verfahren, das eine Reihe von Vorteilen bringt: kleinerer Hautschnitt, weniger Gewebe-, Muskel- und Sehnen-Verletzungen bei der

Operation, weniger Blutverlust, weniger Schmerzen und in Folge weniger Schmerzmittel, kleinere Narben, schnellere Genesung und daher kürzerer Krankenhausaufenthalt, frühere Belastbarkeit. Außerdem - ergaben einige Studien - ist auch die Kniebeweglichkeit verbessert.

Leider aber sind nicht alle Patienten für die sogenannte "Schlüsselloch-Chirurgie" geeignet. So macht es etwa eine übermäßige Adipositas im Kniegelenk- und Oberschenkel-Bereich praktisch unmöglich, durch einen kleinen Hautschnitt das Gelenk übersichtlich darzustellen. Daneben gibt es noch einige andere Kontraindikationen, die mit der Beschaffenheit des eigenen Knies zu tun haben.

Doch die beste Operation, der erfahrenste Chirurg nützen nichts, wenn der Patient nicht mit tut. "Ein wirklicher Erfolg kann nur erzielt werden, wenn der Patient das postoperative Rehabilitations- und Übungs-Programm konsequent durchführt", betont Knahr.

In weiterer Folge ist dann Sport nicht nur möglich, sondern sehr angeraten. Günstige Sportarten sind solche, bei denen die Bewegungen fließend, voraussehbar und mit geringer Kraftanwendung erfolgen, also etwa wandern, walken, Rad fahren, schwimmen - Aktivitäten, zu denen der baldige Sommer geradezu einlädt.