Karg essen und viel bewegen

Das neunte Geraer Symposium „Ambulante Chirurgie“ diskutiert das komplexe Thema Arthrose

Von Ullrich Erzigkeit

Gera. Gelenk-Erhalt geht vor Gelenk-Ersatz. Auf diesen Kernsatz aus dem Vortrag von Wolf Strecker, Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie der Sozialstiftung Bamberg, lässt sich der Grundgedanke des 9. Geraer Symposiums „Ambulante Chirurgie“ bringen. Unter der wissenschaftlichen Leitung von Matthias Hager aus der Chirurgischen Gemeinschaftspraxis Gera diskutierten am Sonnabend in Gera 117 Ärztinnen und Ärzte aus ganz Thüringen über das komplexe medizinische Thema Arthrose.

Gelenkverschleiß zählt zu Volkskrankheiten

Der Gelenkverschleiß zählt zu den großen Volkskrankheiten. In Deutschland leiden etwa fünf Millionen Menschen an einer Gelenkerkrankung. Laut offizieller Statistik wurden im Jahr 2010 deutschlandweit 204 000 künstliche Hüftgelenke eingesetzt und 143 000 künstliche Kniegelenke. In puncto „Totale Endoprothese“, so der Fachbegriff, ist Deutschland Weltmeister vor der Schweiz und den USA.

„In Deutschland wird zu viel operiert“, meint Strecker angesichts dieser Statistik. Für ihn steht fest: „Das Original ist immer das Beste.“ Für die Gelenk-Erhaltung sollten mehr Anstrengungen unternommen werden. Dagegen stünde aber eine derzeit noch falsche Akzentsetzung bei der Gesundheitsfinanzierung. „Trotz der weiten Verbreitung gilt der Arthrose viel weniger Aufmerksamkeit der Kostenträger als zum Beispiel für Diabetes Mellitus und den Herz-Kreislauf-Erkrankungen“, bedauert Matthias Hager. Überhaupt seien die finanziellen Anreize im deutschen Gesundheitssystem derzeit falsch gesetzt. Bewirkt von einer übertriebenen Technikgläubigkeit würden unsinnige Diagnostik und operative Eingriffe übermäßig belohnt, das intensive Gespräch mit den Patienten dagegen nur schmal honoriert.

Neben der pekuniären Problematik sind es aber auch die Erwartungen der Patienten selbst, die die Tendenz hin zu einem schnellen operativen Eingriff befördern. War die Hoffnung der von Arthrose Betroffenen an eine Behandlung vor 40 Jahren noch davon getragen, schmerzfrei zu werden, so ist die Erwartung heute, durch eine Operation sportfähig zu bleiben. Das Geraer Symposium setzt die Betonung einer interdisziplinären konservativen Behandlung dagegen und hebt die Rolle des Hausarztes hervor.

Übergewicht als „großes Problem“ genannt

„Arthrose ist einer der häufigsten Beratungsanlässe in einer allgemeinmedizinischen Praxis. Hier kann schon viel für einen Behandlungserfolg getan werden, bevor zu einem Spezialisten überwiesen wird“, sagt Matthias Hager. Das fängt bei den Ernährungsgewohnheiten an. „Übergewicht ist ein großes Problem“, stellt Wolf Strecker fest. „Für von Arthrose Betroffene gilt insbesondere, gesund essen, viel bewegen und Radfahren oder Schwimmen. Zucker ist ein Gelenkknorpel-Killer, und auch Rauchen ist schädlich für die Gelenke.“ Operationsvermeidend kann auch eine Knorpelersatz-Therapie sein, wie sie vom Eisenberger Oberarzt Stefan Pietsch vorgestellt wurde.

„Die Knorpelzellzahl ist wie die Gehirnzellzahl bei Geburt festgelegt, es gibt keine Regeneration“, erklärt Strecker. Deshalb setzt die Medizin einige Erwartung in die Knorpelersatzentwicklung, mit der sich auch die Stammzellenforschung befasst. „Wenn aber eines Tages Stammzellen-Therapien möglich würden, dann wäre das ein tiefer Eingriff in die Biochemie, dessen Nebenwirkungen noch nicht abzuschätzen sind“, meint Matthias Hager.

Übereinstimmend heben die Mediziner die Eigenverantwortung und Eigenmotivation der Patienten hervor, zur Gelenk-Erhaltung beizutragen. „Auch für die Chirurgen ist die Operation das letzte Mittel“, sagt Matthias Hager. Er befürchtet nicht, dass sich die Chirurgie durch das Werben für konservative Therapien die eigene Geschäftsgrundlage entzieht. „Schaut man auf die verbreitete Fehlernährung und den Bewegungsmangel der Kinder, dann hat man die zukünftigen Arthrose-Patienten schon vor Augen“, meint Professor Wolf Strecker.

Chirurg Matthias Hager, Veranstalter des Geraer Symposiums, mit Wolf Strecker, Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie der Sozialstiftung Bamberg und dem Weimarer Chefarzt Olaf Bach (von links). Foto: Sven Teigky