

«Ein Kunstgelenk ist nie besser als das eigene, gesunde Gelenk»

Dr. med. Stephan Plaschy, Facharzt FMH Orthopädische Chirurgie und Traumatologie an der Arthrose Clinic Zürich berät täglich Männer und Frauen mit Arthrose über die Möglichkeiten einer Hüft- oder Knieprothese. Ein minimal-invasives Vorgehen sei dabei essentiell.

Stephan Plaschy, was ist Arthrose?

Eine Arthrose ist eine Gelenkabnutzung. Der Knorpel im Gelenk wird über die Jahre zerstört, was dazu führen kann, dass im Extremfall Knochen auf Knochen reibt und dadurch die typischen Arthroseschmerzen verursacht werden, hauptsächlich an der Hüfte und am Knie. Typische Ursachen für eine verschleissbedingte Abnutzung des Knorpels sind frühere Verletzungen wie Kreuzband- und Meniskusrisse, Fehlstellungen wie O- oder X-Beine und auch Übergewicht.

Wie viele Personen leiden an Arthrose?

Typischerweise nehmen die Verschleisserscheinungen ab dem 50. Lebensjahr zu. Ab 65 hat ein Drittel, mit 70 Jahren dann ungefähr die Hälfte aller Schweizerinnen und Schweizer eine Arthrose.

Weshalb entscheiden sich Patienten für ein künstliches Gelenk?

Arthrose ist primär mit Schmerzen verbunden, anfänglich Anlauf- und Ermüdungs-, später Ruhe- und Nachtschmerzen. Wenn die Mobilität und die Lebensqualität stark eingeschränkt sind, entscheiden sich viele Patienten für eine Prothese. Wir Ärzte können beraten und Behandlungsoptionen aufzeigen, aber die Entscheidung trifft immer der Patient.

Wie sieht der typische Ablauf einer OP aus?

Aufgrund des Gesprächs, der klinischen Untersuchung und der radiologischen Abklärungen wird entschieden, ob und wann ein künstliches Gelenk implantiert werden sollte. Vor einer Operation müssen vor allem ältere Personen beim Hausarzt Vorabklärungen durchführen lassen, um sicherzustellen, dass optimale Voraussetzungen für den geplanten

Eingriff gegeben sind. Die Operation kann in Teil- oder Vollnarkose durchgeführt werden und dauert in der Regel zwischen 60 bis 90 Minuten. Nach der Operation kann das Gelenk meist sofort voll belastet werden. Wenige Tage nach dem Eingriff können die meisten Personen wieder nach Hause oder allenfalls in eine Rehabilitation gehen. Es wird dann eine Physiotherapie angeordnet, um die Muskeln aufzubauen und das Gelenk wieder beweglich zu machen. Im Verlauf erfolgen beim Operateur regelmässige Kontrollen.

Birgt eine solche Operation Risiken?

Nebst Narkoserisiken gibt es Infektions- und Blutungsrisiken. Zur Minimierung der Risiken geht man möglichst gewebeschonend und minimal-invasiv vor. Entscheidend für das Gelingen eines solchen Eingriffes ist die grosse Erfahrung des Chirurgen.

Kann der Körper ein künstliches Gelenk «ablehnen»?

Es kann passieren, dass ein künstliches Gelenk nicht richtig einheilt und dann mikroinstabil wird. Ebenfalls können gewisse Bakterien schleichende Infektionen verursachen, welche das korrekte Einheilen des Implantates verunmöglichen. Dies kann länger dauernde Beschwerden verursachen und unter Umständen einen frühzeitigen Wechsel der Prothese erfordern.

Welche Techniken sind besonders vielversprechend?

Entscheidend sind gewebeschonende und möglichst minimal-invasive Operationstechniken, bei denen die umliegenden Weichteile möglichst gut geschont werden. An der Hüfte sollte man meines Erachtens nur zementfreie Implantate verwenden, damit ein stabiles

Einwachsen und eine langjährige sichere Verankerung ermöglicht werden. Bei guter Knochenqualität werde ich seit vielen Jahren zudem sogenannte Kurzschafprothesen. Bei diesen Prothesen kann primär mehr vom eigenen Knochen erhalten werden, was eine allfällige spätere Revisionsoperation deutlich einfacher macht. Mittlerweile habe ich knapp tausend solcher Prothesen eingesetzt und musste bisher keine einzeln austauschen.

Wie lange ist die Lebensdauer einer Prothese? Muss man diese nach gewisser Zeit ersetzen?

Bei einer gut eingewachsenen Prothese gehen wir heute davon aus, dass sie 20 und mehr Jahre hält. Aufgrund dieser langen Lebensdauer ist ein Wechsel des Implantates die Ausnahme. Bei neu auftretenden Beschwerden im Laufe der Jahre ist es jedoch wichtig, frühzeitig den Operateur aufzusuchen, um die Intaktheit der Prothese prüfen zu lassen.

Unter welchen Umständen würden Sie von einer Prothese abraten?

Ein Kunstgelenk ist nie besser als das eigene, noch intakte Gelenk. Deshalb rate ich Patienten mit nur geringen Symptomen und kaum eingeschränkter Lebensqualität von einem Kunstgelenk ab. Bei Patienten mit schwerwiegenden Herz- oder Lungenproblemen und entsprechend grossem Operationsrisiko muss dieses und der Benefit eines Kunstgelenkes gut abgewogen werden.

Beschreiben Sie eine erfolgreiche Operation.

Für mich als Chirurgen ist eine Operation erfolgreich, wenn sie technisch wie geplant gelingt. Aber das Wichtigste ist ein zufriedener, schmerzfreier Patient mit einer massiv besseren Lebensqualität.



Dr. med. Stephan Plaschy

Wie kann man Arthrose vorbeugen?

Wichtig ist regelmässige körperliche Aktivität, damit die Muskulatur trainiert und Übergewicht vermieden wird. Risikoreiche Sportarten haben vermehrt Verletzungen zur Folge, welche wiederum eine Arthrose provozieren können. Ideale gelenkschonende Sportarten sind Velofahren, Schwimmen, Aquafit, Walking und Wandern. Medikamente, welche eine Arthrose verhindern könnten, sind leider immer noch Wunschdenken.

TEXT MORENO OEHNINGER

Dr. med. Stephan Plaschy ist Facharzt FMH für Orthopädische Chirurgie und Traumatologie. Er war während vieler Jahre Leiter der Orthopädie und Unfallchirurgie am Spital Uster.

Seit 2015 ist er in selbständiger Praxis in der Arthrose Clinic Zürich / Sport Permanence in der Privatklinik Bethanien tätig. Seine Hauptarbeitsgebiete sind die Knie- und Hüftchirurgie, hauptsächlich Prothetik.