

Steinfurt, 28.10.2024

Die Ursache von Schulterschmerzen muss exakt diagnostiziert werden Konservative Therapiemethoden sind vor einer Operation die erste Wahl

Schulter- und Nackenschmerzen sind vielen Menschen aus eigener Erfahrung bekannt. Sie können ausstrahlen und die Beweglichkeit zum Teil erheblich einschränken, von Schmerzen ganz zu schweigen. „Das kann verschiedene Ursachen haben“, sagt Oberarzt und Privatdozent Dr. Malte Ohlmeier, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie sowie Arthroskopieur am UKM Marienhospital Steinfurt. Der Experte befasste sich in einer weiteren Folge der Vortragsreihe „Abendvisite“, veranstaltet vom UKM Marienhospital, dem KulturForumSteinfurt sowie der Familienbildungsstätte Steinfurt, mit der Entschlüsselung von Schulterschmerzen. „Eine exakte Untersuchung ist wichtig“, hob er hervor, „um die richtige Ursache zu therapieren.“

Während er sich bei einer früheren Abendvisite mit unfallbedingten Verletzungen des so genannten „Schultergürtels“ befasste, ging es diesmal vor allem um Verschleißerscheinungen. Ort war der Multifunktionsraum „Muschelgrotte“ in der Hohen Schule, Sitz des Kulturforums. Die Anatomie des Schultergürtels ist vielschichtig und besteht aus einem komplexen Miteinander von Gelenken, Knochen, Muskeln, Sehnen und Bändern, machte Ohlmeier deutlich. Er beschrieb die wesentlichen Bestandteile des Geflechtes, das Schulterblatt, lateinisch Scapula, das Schlüsselbein, Clavicula und den Oberarmkopf, Humeruskopf. Darüber hinaus gibt es das Brustbein-Schlüsselbein-Gelenk, das Schulterreck-Schlüsselbein-Gelenk sowie das Schultergelenk. An allen Dreien können Verschleißerscheinungen auftreten. „Sie umfassen im Wesentlichen Sehnenreizungen, Sehnenrisse und Arthrose“, fasste der Arzt zusammen. Entzündungen der langen Bizepssehne beispielsweise sind meist auf regelmäßig starke Belastungen der Armmuskulatur zurückzuführen. Das kann berufliche oder sportliche Gründe haben. Durch Physiotherapie und/oder entzündungshemmende Medikamente wird in der Regel zunächst versucht, eine Ausheilung zu erreichen. Nächster Schritt wäre eine Arthroskopie, Gelenkspiegelung. „Vor jeder verschleißbedingten Operation sollten generell die konservativen Maßnahmen wie zum Beispiel Physiotherapie oder Medikamente ausgeschöpft werden“, gab Ohlmeier zu bedenken. „Für zahlreiche Verletzungsarten der Schulter sind mittlerweile arthroskopische Techniken möglich, die sich durch gewebe- und muskelschonende Eingriffe auszeichnen.“

Unter anderem kam die „Rotatorenmanschettenruptur“ zur Sprache. Damit wird der Riss eines oder mehrerer Muskeln und Sehnen einer Muskelgruppe im Schulterbereich bezeichnet. In vielen Fällen kann die Ruptur genäht werden, doch auch diese Behandlungsmethode findet ihre Grenzen. Eine Rotatorenmanschetten-Schädigung lässt sich nicht in jedem Fall einfach „reparieren“. Wenn die Schädigung irreparabel ist, kommt oft eine Schulterprothese zum Einsatz, um die Beweglichkeit des Armes zu optimieren. Abschließend erläuterte der Fachmann Maßnahmen bei Schultergelenk-Arthrosen. Die konservativen Behandlungsmethoden reichen von der Vermeidung einer Überbelastung der Schulter über die Verabreichung von Medikamenten und (Kortison)-Spritzen bis hin zu Krankengymnastik. Bringt das nicht den gewünschten Erfolg, Beweglichkeit, Schmerzen und damit Lebensqualität zu verbessern, sind chirurgische Eingriffe möglich. Im Frühstadium lässt sich geschädigter Gelenkknorpel zum Teil wieder aufbauen, im fortgeschrittenen Stadium kann ein künstliches Schultergelenk implantiert werden. „Die konkreten Maßnahmen werden mit dem behandelnden Arzt gemeinsam besprochen“, hebt der Experte hervor. „Letztlich ist es eine Frage, wie stark die Lebensqualität des Patienten/ der Patientin eingeschränkt ist.“ In jedem Fall ist es notwendig, gemeinsam einen Behandlungsplan zu erstellen, an dem sich Patientinnen und Patienten orientieren können.

Zum Foto: Dr. Malte Ohlmeier informierte das zahlreich erschienene Publikum über konservative und operative Maßnahmen gegen Schulterschmerzen.