

## Muskeln - Gelenke - Knochen

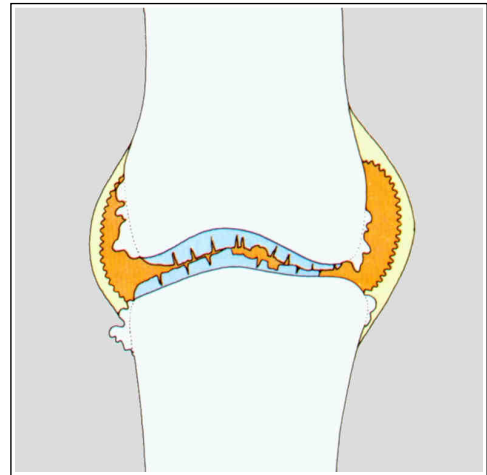
### □ Arthrose

Arthrose ist eine Verschleißkrankheit, die vorwiegend die großen Gelenke, also das Hüft- und Kniegelenk befällt.

Ein dauerndes Missverhältnis zwischen Belastung und Belastbarkeit führt zur Abnutzung und zum weitgehenden Verschwinden des Gelenkknorpels.

Das kann verschiedene Ursachen haben. Zum vorzeitigen Knorpelabrieb kommt es z.B. durch eine **Fehlstellung** des Gelenks (X-Beine oder O-Beine), durch Übergewicht oder einseitige Belastung in Beruf und Sport.

Wenn das **Knorpelgewebe** anlagebedingt geschwächt ist oder beim alternden Menschen nicht mehr ausreichend ernährt wird, kann eine Arthrose entstehen. Nicht jede Arthrose muss schmerzhaft sein.



Die Arthrose beginnt am Gelenkknorpel, der unelastisch und rissig wird und langsam zugrunde geht. Der Gelenkspalt verschmälert sich. Im späteren Stadium der Arthrose wird der Knochen direkt angegriffen und es kommt zu krankhaften Veränderungen des Knochens.

Es kann auch eine Entzündung der **Gelenkinnenhaut** auftreten („aktivierte Arthrose“). All diese Vorgänge sind auch für die Schmerzen bei Arthrose verantwortlich.

### Was Sie bei Arthrose beachten sollten

Der übergewichtige Patient mit Arthrose sollte in erster Linie abnehmen, um das kranke Gelenk zu entlasten. Hilfreich ist ebenfalls das Benutzen eines Gehstocks.

Eine Gelenkentlastung kann auch durch gezieltes Muskeltraining und Krankengymnastik erreicht werden. Physikalische Maßnahmen in Moorbädern, Schwefelbädern oder Thermalbädern können als unterstützende Maßnahmen hilfreich sein.

Der Arthroseschmerz lässt sich mit zahlreichen Medikamenten lindern. Durch das Spritzen bestimmter Mittel direkt in das erkrankte Gelenk wird versucht, den fortschreitenden Abbau des Gelenkknorpels günstig zu beeinflussen.

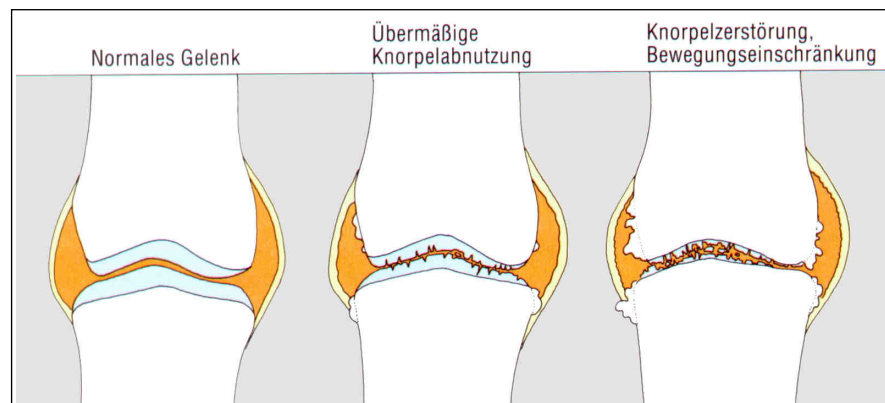
## Kleines Medizin-Lexikon

### Arthrose

Verschleiß der Gelenke infolge Missverhältnis zwischen Abbau und Umbau von Knorpelgewebe und Knochengewebe.

### Präarthrotische Deformität

Eine die Arthrose begünstigende Verformung der Gelenke, etwa infolge einer Fehlstellung (X-Beine oder O-Beine) oder einer Verrenkung bzw. Ausrenkung eines Gelenks.



Wenn Ihr Arzt bei Ihnen eine Arthrose festgestellt hat, bedeutet dies, dass Sie zukünftig eng mit Ihrem Arzt zusammenarbeiten müssen. Denn diese Krankheit erfordert ständige ärztliche Kontrolle und Ihre Mithilfe bei der Behandlung.

Copyright Text und Bilder:  
medimed-Patientenscheck-System, Frankfurt

**Wichtiger Hinweis:** Diese Information gibt Hilfestellungen und Anregungen für Ihre Gesundheit. Sie kann und soll das Gespräch mit Ihrem Arzt oder Apotheker aber nicht ersetzen und ist insbesondere nicht als Anleitung zur unkontrollierten Selbstbehandlung gedacht. Für Diagnose und Therapie Ihrer Krankheiten ist grundsätzlich der Arzt zuständig. Verordnete Arzneimittel und Behandlungsmaßnahmen dürfen Sie auf keinen Fall ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt ändern oder absetzen. Lesen Sie vor einer Medikamenteneinnahme immer den Beipackzettel. Bei allen Fragen wenden Sie sich bitte stets an Ihren Arzt oder Ihre Apotheke.