

KOSMETIK
Volumen-Mascara im Test
Seite 49

REISE
Ein Schiff wird kommen - die neuen Kreuzfahrtschiffe
Seite 50

TIER
Mein Hundeleben - die Kolumne
Seite 51

AUTO
Der neue Peugeot 308 CC
Seite 52

ESSEN
Die Klassiker der Küche. Heute: Waldorfsalat
Seite 56

FAMILIE
Entspannungsübungen für Kinder
Seite 57

DIE BILD-RATGEBER-REDAKTION
Leitung: Michael Quandt Die Spezialisten: Martin Eisenlauer (Multimedia), Holger Karkheck (Reise), Dr. Frank Schwelke (Medizin), Timo Friedmann (Auto)

Wir sind Menschen aus Fleisch und Chrom

Die fünf Patienten auf dieser Seite konnten nicht mehr laufen, nicht heben, sich nicht mehr strecken. **Ihre Gelenke – kaputt.** Nun leben sie wieder schmerzfrei und beweglich dank Implantaten. Wie 400 000 Deutschen jährlich wurden ihnen künstliche Gelenke eingesetzt. Hier erklären Experten, wann eine solche Operation notwendig ist und was sonst noch gegen **Gelenkverschleiß** hilft

Von **KERSTIN QUASSOWSKY**
Fotos: **FRANK ZAURITZ**

Sie machen es möglich, dass sich unsere Knochen reibungslos bewegen können, dass wir gehen, knien, Dinge tragen – Gelenke. Doch wenn die Gelenke sich mit den Jahren abnutzen und die Gelenkschmiere langsam verschwindet, fangen sie an: unerträgliche Schmerzen, die bis zur Unbeweglichkeit führen können. Immer häufiger ist die Lösung aus Metall. Bereits rund drei Millionen Menschen tragen ein Ersatzgelenk. Zwei Frauen und drei Männer erzählen in BILD am SONNTAG, was sich durch eine neue Hüfte, Schulter oder Fuß geändert hat. Experten sagen, wann ein neues Gelenk wirklich nötig ist.

Welche Gelenke werden am häufigsten ersetzt?
Professor Axel Ekkernkamp, Ärztlicher Direktor des Unfallkrankenhauses Berlin: „Hüftgelenke, jährlich 180 000. Die werden langsam von Kniegelenken eingeholt. Heute werden bereits jährlich rund 150 000 künstliche Knie eingesetzt, im Jahr 2012 werden es bereits 500 000 sein.“

Werden wir denn immer kniekränker?
Professor Ekkernkamp: „Einerseits werden wir immer älter, und Arthrose, also Gelenkverschleiß, belastet die Knie altersbedingt immer stärker. Die Behandlungsvorfahren im Kniebereich werden aber auch ständig verfeinert und die Werkstoffe immer besser.“

Aus welchen Materialien sind künstliche Gelenke?
Dr. Stefan Greiner, Klinik für Orthopädie und Unfall- und Wiederherstellungschirurgie der Charité Berlin: „Künstliche Gelenke sind meist aus Titan oder Cobalt-Chrom. Das gilt auch für

künstliche Schultergelenke.“
Sind neue Gelenke nur was für ältere Menschen?
Professor Ekkernkamp: „Nein. Unsere jüngste Patientin bekam mit 24 Jahren nach einer Beckenoperation eine neue Hüfte. Im Schnitt aber sind Hüftpatienten 60 Jahre alt.“

Was sind die häufigsten Gründe für einen Ersatz?
Professor Ekkernkamp: „Der wichtigste Grund ist Gelenkverschleiß. Werden Knochen über Jahre falsch belastet, fangen sie an: unerträgliche Schmerzen, die bis zur Unbeweglichkeit führen können. Immer häufiger ist die Lösung aus Metall. Bereits rund drei Millionen Menschen tragen ein Ersatzgelenk. Zwei Frauen und drei Männer erzählen in BILD am SONNTAG, was sich durch eine neue Hüfte, Schulter oder Fuß geändert hat. Experten sagen, wann ein neues Gelenk wirklich nötig ist.“

Wann brauche ich ein künstliches Gelenk?
Dr. Masyar Rahmzadeh, Leiter des Gelenkzentrums Berlin: „Immer dann, wenn die Arthrose fort-geschritten ist, wie stark der Schmerz das Leben der Patienten stark einschränkt.“

Wie wird ein neues Gelenk eingebaut?
BITTE BLÄTTERN SIE UM



Die **KNIE-SCHLITTEN-PROTHESE** (u. a. aus Cobalt-Chrom und Titan) ist rund 4 Zentimeter hoch und breit

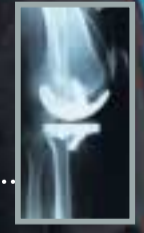


Ein **HÜFTIMPLANTAT** ist vom Titan-Schaftende (li., im Oberschenkel verankert) bis zur halbrunden Pfanne (im Becken) rund 15 Zentimeter lang



„Arthrose zerfräß mein Kniegelenk“

NAME: Waltraud Claas (68).
BERUF: Rentnerin.
Gelenkersatz: im linken Knie.
Beschwerden: 1984 wurde zum ersten Mal Arthrose festgestellt. Auch die Bänder und der Meniskus waren zunehmend angegriffen. Trotz Spritzen, Gymnastik, Schwimmen verstärkten sich die Schmerzen.
Behandlung: 2005 wurde eine Knie-Teilendoprothese („Schlitten“) eingesetzt. Der geschädigte Gelenkknorpel wurde nur auf einer Seite ersetzt, der Gelenkrest blieb erhalten.
Situation heute: „Ich tanze und laufe wieder viel. Je schneller ich laufe, desto besser ist es. Ich spüre zwar die Belastung, aber die Schmerzen sind weniger.“



„Nach der Geburt stand mein Becken schief“

NAME: Gisela Falck (62).
BERUF: Hausfrau.
Gelenkersatz: an beiden Hüften.
Beschwerden: Hatte vor 30 Jahren nach einer Geburt eine Beckensprengung. Das Becken verdrehte sich. Folge: sehr schmerzhafter Knochenverschleiß an rechter Hüfte. Sie fing an zu humpeln, konnte immer schlechter aufstehen und sich nur noch mühselig bewegen.
Behandlung: 2005 wurde rechts ein neues Titan-Hüftgelenk eingesetzt, 2007 auch links.
Situation heute: Macht jeden Tag Gymnastik, geht mit zwei Colliers stramm durch den Wald. „Je mehr ich mich bewege, desto besser fühle ich mich. Die Schmerzen haben ganz nachgelassen. Ich habe enorm an Lebensqualität gewonnen.“



Das verschraubte **SPRUNGGELENK** aus Cobalt-Chrom ist knapp drei Zentimeter breit und hoch



„Mein Fußgelenk war gebrochen“

NAME: Klaus Himmel (70).
BERUF: Rentner.
Gelenkersatz: rechtes Sprunggelenk.
Beschwerden: Brach sich 1974 beim Arbeitsunfall Knöchel und Fußgelenk. „Der Bruch wuchs dank sechs Schrauben einigermaßen wieder zusammen.“ Zusätzlich fraß Arthrose den Gelenkknorpel weg. Wegen starker Schmerzen war der Fuß nicht mehr richtig belastbar.
Behandlung: Bekam im November 2007 in einer zweistündigen Operation ein Chrom-Sprunggelenk, lief sechs Wochen mit einer Gehhilfe.
Situation heute: „Ich kann den Fuß normal belasten, drehen, Fußball spielen. Ich fühle mich beweglich wie mit 30.“



„Manchmal fühlt sich meine Schulter fremd an“

NAME: Randolph Pätzold (43).
BERUF: Qualitätssicherer.
Gelenkersatz: rechte Schulter.
Beschwerden: Muss wegen Morbus Wegner (Blutgefäße sind dauerhaft entzündet) täglich Kortison nehmen. Das griff die Niere stark an, er musste 2006 ein neues Organ bekommen. Auch deshalb muss er weiterhin Kortison nehmen. Dies hat zum schmerzhaften Knochenabbau der Schulter geführt.
Behandlung: Mai 2008 bekam das Schultergelenk eine Chromkappe (Gelenkpfanne blieb erhalten). Pätzold durfte den Arm drei Wochen nicht belasten.
Situation heute: „Keine Schmerzen mehr, kann den Arm wieder sehr gut bewegen. Nur wenn ich auf der Schulter schlafe, fühlt es sich manchmal wie ein Fremdkörper an.“



In der Schulter ersetzt die **HALBKUGEL-PROTHESE** aus Metall (Durchmesser je nach Patient 3,9 bis 5,3 cm) die knöcherne Kugel am Ende des Oberarms



„Ich laufe wieder ohne Krücken“

NAME: Joachim Fischer (68).
BERUF: Rentner.
Gelenkersatz: rechte Hüfte.
Beschwerden: „Hatte vor rund 30 und 10 Jahren je eine Knie-OP. Offenbar habe ich mir dadurch einen Gang angewöhnt, bei dem ich die rechte Hüfte übermäßig belastet habe. Dadurch wurde der Gelenkverschleiß vorangetrieben. Das war sehr schmerzhaft, ich konnte mich in den letzten Monaten kaum noch bewegen.“
Behandlung: Der Hüftknochen war noch intakt, so wurde August 2008 nur der Kopf des Oberflächenknochens mit einer Metallkappe überkront, die Hüftpfanne mit einer dünnwandigen Metallschale ausgekleidet.
Situation heute: „Vier Wochen nach der OP habe ich die Krücken in die Ecke gestellt, kann die Hüfte wieder schmerzfrei drehen, laufe täglich mit dem Hund und fahre Rad.“



Der **HÜFT-OBERFLÄCHEN-ERSATZ** hat einen Durchmesser von 4,4 bis 6,4 Zentimeter, besteht aus Titan-Cobalt-Chrom