



Dank modernster
Medikamente und
neuer Therapien
braucht heute
niemand mehr zu
leiden – wir
sagen Ihnen,
wo Sie Infos
bekommen

Knackpunkt Knie
Neben der Wirbelsäule ist das Kniegelenk besonders anfällig für Arthrose. Ist die Zerstörung des Gelenks schon sehr weit fortgeschritten, kann ein künstliches Gelenk wieder schmerzfrei machen

Neue Hilfe bei

Ein neues Volksleiden macht uns allen immer mehr zu schaffen: Arthrose. Experten vermuten, dass rund 50 Prozent der Bevölkerung eine unerkannte Arthrose (Gelenkverschleiß) haben, rund fünf Millionen sind in ärztlicher Behandlung. Denn das Heilmittel an dieser Krankheit ist, dass sie im Anfangsstadium keine Beschwerden verursacht. Waren früher hauptsächlich ältere Menschen davon betroffen, klagen heute immer mehr jüngere über Schmerzen in Gelenken und Wirbelsäule.

Was heißt eigentlich Arthrose, und wie entsteht sie?

Das griechische Wort „arthros“ heißt Gelenk, und mit Arthrose bezeichnet man die Abnutzung der Gelenkknorpel, die bis zur Zerstörung des Gelenks führen kann. Und so kommt es dazu: Der Gelenkknorpel besteht aus einem Netzwerk feiner Kollagenfasern. Wenn dieses Fasernetz angegriffen ist, gehen Substanzen (so genannte Proteoglykane) verloren, die den Knorpel elastisch halten. Die

Folge: Er wird spöder, reißt leicht und zerstört dabei weiteres Kollagen. Die Gelenkschmiere reicht nicht mehr aus, um die beanspruchten Gelenkoberflächen zu glätten. Wird das Gelenk zunehmend abgehobelt und reiben sich kleinste Knorpelstückchen im Gelenkspalt, reagiert der Körper mit Entzündungen, die starke Schmerzen auslösen.

bella-Interview mit

bella: Sie sind Schirmherrin der Initiative „Stark gegen den Schmerz“. Was hat Sie dazu bewegt?

Senta Berger: Ich möchte allen Menschen, die an Arthrose leiden, Mut machen, sich zu ihren Schmerzen zu bekennen und etwas dagegen zu unternehmen. Denn heute gibt es wirksame und gut verträgliche Mittel, wie z. B. „Vioxx“.

bella: Ist in Ihrer Familie jemand an Arthrose erkrankt?

Senta Berger: Ja, meine Mutter, wenige Jahre vor ihrem Tod. Ich selbst bin nur



Arthrose

Die häufigsten Ursachen sind: zu wenig Bewegung (hemmt die Produktion der Gelenkschmiere), zu viel Sport (belastet die Gelenke zu stark) sowie Übergewicht – ein Problem, das immer mehr junge Leute haben. Eine weitere Rolle kann die Veranlagung spielen. Unbedingt einen Arzt aufsuchen sollten Sie, wenn Sie nach sportlichen Aktivitäten noch Tage

später Schmerzen haben. Es könnte sich um erste Anzeichen einer Arthrose handeln.

Was Ärzte und Heilpraktiker heute dagegen tun können

- Neue, den Magen schonende Medikamente gegen den Schmerz: „Vioxx“, „Celebrex“, „Bextra“.
- Magnet-Resonanz-Stimulation: lindert Schmerzen ohne Nebenwirkungen, stärkt den Aufbau von Knorpelgewebe (Info: Prof. Dr. Johanna Hiltscher, Uni Jena, Tel.: 03641 / 94 56 60).
- Knorpelzellen züchten: Gesunde Knorpelzellen werden dem Patienten entnommen und in das kranke Gelenk transplantiert (Info: Dr. med. Soetan Preis, Klinik am Ring, Köln, Tel.: 0221 / 92 42 42 20).
- Knorpelaufbau mit dem Kohlenstoff-Karbon: Dazu werden winzige Kohlenstoffstäbchen ins Kniegelenk eingesetzt (Info: Priv.-Doz. Dr. Christian Tesch, Hamburg, Tel.: 040 / 43 09 55 18).
- Hyaluronsäure, direkt ins Gelenk gespritzt, sorgt für eine bessere Beweglichkeit (Info: Alexander Ruth, Witten, Tel.: 02302 / 2 67 74).



Senta Berger

leicht betroffen, habe Arthrose in den Fingergelenken.

bella: Was empfehlen

Sie Arthrose-Patienten?

Senta Berger: Die Einnahme von Medikamenten allein reicht nicht aus, man muss auch selbst etwas tun. Dazu gehören: auf das Gewicht achten, um die Gelenke zu entlasten, und regelmäßige Bewegung (z. B. stramm gehen), damit ausreichend Gelenkschmiere gebildet wird. Infos zur Initiative Tel.: (0800) 738 98 90.