



DR. WALTER O. FREY
Facharzt FMH für
Physikalische
Medizin und
Rehabilitation,
move>med,
Klinik Hirslanden
Zürich

Hüftarthrose

«Kann ich mit der OP warten, wenn ich keine Schmerzen habe?»

Wenn die Hüfte schmerzt, ist guter Rat gefragt. Viele Zuschauerinnen und Zuschauer nutzten deshalb die Gelegenheit während der letzten Sendung und stellten ihre Fragen den Experten. Eine Auswahl finden Sie hier – und noch mehr Fragen und Antworten auf:

www.gesundheitsprechstunde.ch

«Vor sechs Monaten hatte ich heftige Schmerzen im rechten Hüftgelenk. Das Röntgenbild beim Professor war eindeutig: operieren, sobald wie möglich! Seither fahre ich Rad, wandere etc., die Schmerzen sind wirklich weg – nur mit Treppensteigen habe ich Mühe. Darf ich mit der Operation zuwarten? Übrigens habe ich die andere Hüfte vor sieben Jahren sehr erfolgreich operiert.» Paul, 70

Dr. Walter O. Frey: Wie Sie selber bewiesen haben mit Radfahren und Wandern, ist gezielte Bewegung die beste Therapie der Arthrose. Solange Sie eine derart hohe Lebensqualität haben, besteht kein Grund, Ihr Hüftgelenk zu operieren. Solange Sie sich derart gut in Bewegung halten, kann es vielleicht Jahre oder Jahrzehnte gehen, bis das Hüftgelenk wirklich operiert werden muss. Sie dürfen also ruhig zuwarten. Bei der Hüftarthrose im Alter stellt der Patient selber die Indikation zur Operation, nämlich dann, wenn seine Lebensqualität durch die Hüftarthrose stark eingeschränkt wird und eine Operation einen grossen Fortschritt bedeutet.

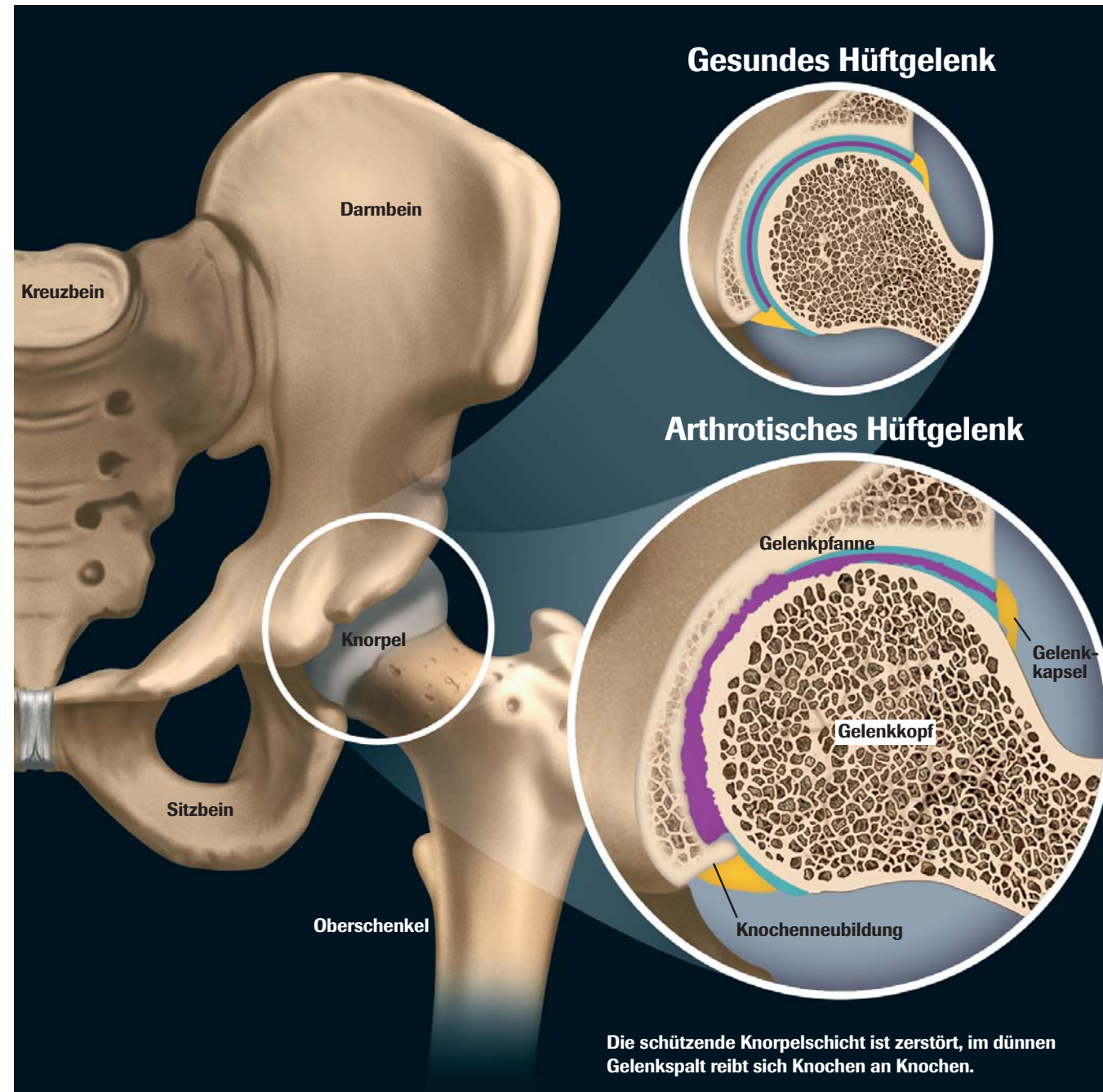
«Es heisst, man soll sich im Alter viel bewegen und Sport treiben. Dies ist sicher richtig. Was können ältere Menschen aber tun, um fit zu bleiben, wenn sie aus irgendwelchen Gründen nicht gehen können?» Hugo-Paul, 76

Dr. Walter O. Frey: Wie Sie sicher bereits in der Fernsehsendung gehört haben, gilt für alle Menschen, welche Mühe haben, sich auf dem

Festland zu bewegen, das Wasser als ideales alternatives Medium. Schliesslich haben wir uns auch ganz zu Beginn unseres Lebens im Wasser geschützt gelebt. Das Wasser vermittelt unserem Körper das Gefühl eines Astronauten. Es ist äusserst gelenkschonend und lässt uns dreidimensional alle sinnvollen Bewegungen machen und alle Muskeln, welche gekräftigt werden müssen, trainieren. Ich kann Ihnen daher nur empfehlen, sich entweder einer Aquajogging-Gruppe anzuschliessen oder, falls Ihnen das nicht möglich ist, mit einer dafür spezialisierten Physiotherapeutin Wassertherapie zu betreiben.

«Nach sechs Hüft-Operationen (Arthroskopie und Luxation) leide ich noch immer unter Restbeschwerden. Mein behandelnder Arzt sagt, ich sei noch zu jung für ein künstliches Gelenk. Die Schmerzen sind aber täglich da, vor allem nach dem Sport. Was würden Sie raten? Ist man mit 31 Jahren effektiv zu jung für ein künstliches Gelenk?» Jasmin, 31

Dr. Markus Christian Michel: Es gibt sicher keine absolute Altersgrenze. Selbstverständlich versucht man den Eingriff bei einem jungen Patienten so lange als möglich hinauszuzögern, solange die Lebensqualität noch akzeptabel ist. Wenn dies nicht mehr der Fall ist, kann auch bei einem jüngeren Patienten ein Gelenk ersetzt werden, allerdings sollte dies nach Möglichkeit ohne Zement eingesetzt werden, damit der Knochen über die Jahre nicht vom Knochenzement angegriffen wird. Auch die



Paarung, das heisst die Gleitflächen, sollte so gewählt werden, dass möglichst wenig Abrieb entsteht, und somit das Gelenk lange hält. Bei einem sehr guten Gelenk besteht heute eine Wahrscheinlichkeit von ca. 96 Prozent, dass es 20 Jahre hält. Es ist allerdings auch möglich, dass es mal 30 Jahre oder mehr sind, doch lässt sich dies heute noch nicht beantworten. Das heisst: Ersetzt man in Ihrem Alter

das Hüftgelenk, so müssen Sie damit rechnen, dass es später nochmals gewechselt werden muss, allerdings sollte dies sicher möglich sein.

«Ich habe sekundäre Osteoporose (T-Score Hüfte -2.6) und eine leichte Arthrose. Wie sieht es mit einer Hüftoperation aus?» Athina, 54

Dr. Christoph Saager: Je nach Ausprägung der Osteoporose wird der Orthopäde im Falle einer Hüftoperation darauf achten, ein geeignetes Implantat zu verwenden. Bei den künstlichen Hüftgelenken unterscheidet man vor allem zwischen zementierten und unzementierten Gelenken. In den meisten Fällen verhindert eine Osteoporose die Möglichkeit eines Gelenkersatzes somit nicht.

HINTER DEN KULISSEN



«Können Sie sich vorstellen, was es bedeutet, einen saudiarabischen Prinzen zu operieren? Dr. Markus Michel, orthopädischer Chirurg von Münsingen (rechts im Bild), hat mir davon berichtet. Ganz andere Regeln gelten dort: Einen saudiarabischen Prinzen zum Beispiel darf man nicht berühren. Nicht berühren heisst auch, dass er nicht von Fremden gewaschen werden darf. Mit einer schweren Femurkopfnekrose (Absterben des Hüftkopfes durch inneren Gefässverschluss) und den damit verbundenen Schmerzen konnte sich der Prinz kaum bewegen und nicht mehr selber waschen. Markus Michel hatte den Mut, ihn trotzdem waschen zu lassen. Als Folge wurde der Arzt nicht mehr in einer Limousine, sondern in einem Schrottauto befördert. Dem Prinzen war die Kompetenz des Arztes aber schliesslich wichtiger, und er liess sich in der Schweiz operieren. Ende gut, alles gut, und Michel hat vom Prinzen nie mehr etwas gehört.

Es sind viele Geschichten, die Markus Michel zu erzählen weiss. Auf der ganzen Welt operiert er und bildet er andere Orthopäden aus. Vor allem in ärmeren ländlichen Regionen erlebt er dabei allerlei Unerwartetes. So ist es nicht selten, dass Material fehlt, oder es kann passieren, dass ihm mitten in einer Operation ein kaputtes Instrument überreicht wird. Sterilität ist auch so eine Sache. Der Patient liegt in Narkose, das Operationsteam steht bereit und dann passiert das Unfassbare. Eine OP-Schwester ohne Handschuhe entfernt noch rasch die sterilen Tücher über den Instrumenten. Den Rest können Sie sich denken.

Geschichten eines weit gereisten Chirurgen. Geschichten, die sein Leben schreiben. So rasch dürfte man Michel also nicht mehr aus der Ruhe bringen. Die Intensität des Momentes kennt er auf jeden Fall. Und trotzdem, eine Live-Sendung ist eben live, und auch beim krisengeübten Improvisationskünstler Michel perlen plötzlich die Schweisstropfen. Sympathisch, eigentlich.

Herzlich,

Ihre Dr. Jeanne Fürst