

Pressestelle, Pf 30 11 20, 70451 Stuttgart

«AnPerson»

Dr. Christiane Schlüter

«Firma I»

«Abteilung»

«Strasse»

D - 86128 Augsburg

Pressekontakt

Silke Jakobi

Pressestelle Deutscher Kongress für
Orthopädie und Unfallchirurgie

Postfach 30 11 20

70451 Stuttgart

Tel. 0711 8931 -163

Fax. 0711 8931 -167/-566

E-Mail: jakobi@medizinkommunikation.org

www.orthopaedie-unfallchirurgie.de

Auch im Alter möglich: Sportlich aktiv nach Gelenkersatz

Berlin, Juli 2009 – Eine künstliche Hüfte oder ein neues Kniegelenk sind heute kein Grund mehr, auf Sport zu verzichten. Im Gegenteil: Durch die Schmerzfreiheit sind viele Menschen nach der Operation wieder motiviert und wollen sich körperlich betätigen. Aus medizinischer Sicht spricht nichts gegen Sport mit Kunstgelenken, erklären Experten anlässlich des Deutschen Kongresses für Orthopädie und Unfallchirurgie in Berlin. Bestimmte Regeln müssten aber eingehalten werden.

Die Arthrose – der Gelenkverschleiß – geht mit zunehmend starken Schmerzen einher, die oft eine sportliche Aktivität unmöglich machen. Immer mehr Menschen möchten jedoch auch im Alter aktiv bleiben. „Viele verbinden den Gelenkersatz mit der Hoffnung, später wieder Sport zu treiben“, sagt Professor Dr. med Klaus-Peter Günther, Kongresspräsident und Direktor der Orthopädischen Klinik am Universitätsklinikum Dresden. Dass diese Hoffnung nicht vergebens ist, konnte in der „Ulmer Arthrostudie“ gezeigt werden. Viele ältere Menschen haben nach einem Gelenkersatz wieder Freude am Radfahren, Wandern und Schwimmen entwickelt. Aktivitäten, die sie vorher jahrelang nicht mehr ausüben konnten. Auch Skifahren, Gymnastik, Tanzen, Golf oder Tennis (im Doppel) seien mit künstlicher Hüfte oder Kniegelenk möglich, wenn sie maßvoll betrieben werden, so Günther. Abzuraten sei grundsätzlich von Ballsportarten sowie von Einzeltennis, Turnen oder Joggen. Stürze und die starke Krafteinwirkung könnten hier das Kunstgelenk schädigen oder zur Implantatlockerung führen.

Wichtig ist eine gute Vorbereitung. „Die Patienten benötigen geeignetes Schuhwerk und sie sollten sich langsam aufwärmen. Die Belastung sollte allmählich gesteigert und die Schmerzgrenze nicht überschritten werden“, sagt Professor Dr. med. habil. Hajo Thermann, ATOS Praxisklinik Heidelberg. Außerdem sollten die Patienten ihre Belastungsgrenzen kennen.

Ein guter Trainingszustand ist vor allem bei einem Kniegelenkersatz wichtig, da dieses Gelenk erst durch Bänder und Muskeln stabilisiert wird. Patienten mit künstlichem Gelenkersatz sollten sich regelmäßig in die Kontrolle eines Orthopäden vor Ort begeben. „Als kompetenter Facharzt wird er den Patienten bei entsprechenden Auffälligkeiten beraten und die erforderlichen Untersuchungen und Behandlungen veranlassen“, so Dr. med. Siegfried Götte, Kongresspräsident und Präsident des Berufsverbands der Fachärzte für Orthopädie und Unfallchirurgie. Dies gilt insbesondere beim Verdacht auf eine Implantatlockerung oder eine Infektion. Thermann: „Dann ist Sport absolut tabu, bis der Verdacht geklärt ist.“ Ansonsten können Patienten noch viele Jahre Sport treiben. Ein frühzeitiger Verschleiß des Kunstgelenks ist bei moderater sportlicher Betätigung nicht zu befürchten, versichert Günther.

Terminhinweise:

Vortrag

Die Änderung der Hüftgelenkbelastung nach Endoprothesenimplantation – Vergleich zwischen biomechanischer Modellierung und Ganganalyse

Freitag, den 23. Oktober 2009, ICC Saal 44, 16:30 - 18:00

Deutsche Rheuma-Liga Berlin: Patiententag "Arthrose"

Samstag, den 24. Oktober 2009, ICC Saal 2a, 10:00 - 14:00



Geschäftsstelle der
Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und orthopädische Chirurgie (DGOOC)
Langenbeck-Virchow-Haus
Luisenstr. 58/59
10117 Berlin
Tel.: 030-847121-31
Fax: 030-847121-32
E-Mail: info@dgooc.de
www.dgooc.de

Geschäftsstelle der
Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie e.V. (DGU)
im Langenbeck-Virchow-Haus
Luisenstr. 58/59
10117 Berlin
Tel.: 030-2800430-0 / -1
Fax: 030-28004306
E-Mail: dgunfallchirurgie@gmx.de
www.dgu-online.de

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des
Berufsverbandes der Fachärzte für Orthopädie und Unfallchirurgie e.V. (BVOU)
Tabea Jost
Kantstr. 13
10623 Berlin
Tel.: 030-797444-58
Fax.: 030-797444-45
E-Mail: jost@bvou.net
www.bvou.net

ANTWORTFAX

- Ich werde den Deutschen Kongress für Orthopädie und Unfallchirurgie in Berlin persönlich besuchen.
- Bitte informieren Sie mich kontinuierlich über den Deutschen Kongress für Orthopädie und Unfallchirurgie ___ per Post/ ___ per E-Mail.

Vorname:	Name:
Redaktion:	Ressort:
Anschrift:	PLZ/Ort:
Telefon:	Fax:
E-Mail-Adresse:	Unterschrift:

Pressekontakt für Rückfragen:

Silke Jakobi
Pressestelle Deutscher Kongress für
Orthopädie und Unfallchirurgie
Postfach 30 11 20
70451 Stuttgart
Tel. 0711 8931 -163
Fax. 0711 8931 -167/-566
E-Mail: jakobi@medizinkommunikation.org
Internet: www.orthopaedie-unfallchirurgie.de

zurückfaxen bitte an 0711 89 31 – 167