

# So kommen Sie wieder auf die Beine



## Dr. Claudius Zeiler

Orthopädische Chirurgie München (OCM)  
Steinerstraße 6  
81369 München  
Telefon: 089/20 60 82-0  
www.ocm-muenchen.de  
E-Mail: team-zeiler@ocm-muenchen.de

### ► Patient sollte sich nicht unter Druck setzen lassen

Wenn es um Schulter und Ellenbogen geht, kann Dr. Claudius Zeiler aus einem enormen Erfahrungsschatz schöpfen – genauer gesagt aus der Routine von über 12 000 Eingriffen an diesen beiden Gelenken. Pro Jahr operiert der Spezialist der Orthopädischen Chirurgie München (OCM) etwa 950 Patienten, setzt dabei unter anderem über 70 Schulterprothesen ein. Außerdem führt er etwa 270 arthroskopische Rotatorenmanschettennähte und etwa 100 arthroskopische Erweiterungen des Schulterdachs durch. Seine Einschätzungen und Ratschläge.

#### ► Was können moderne Schulterendoprothesen heute leisten?

Sie halten etwa zehn bis 15 Jahre, garantieren nahezu Schmerzfreiheit, zudem wird die Beweglichkeit wieder besser. Unterm Strich gewinnt der Patient wieder deutlich an Lebensqualität.

#### ► Worauf sollte der Patient bei der Auswahl des Operateurs bzw. des Klinikums besonderen Wert legen?

Wie heute in nahezu allen medizinischen Bereichen sind die Spezialisierung und die Erfahrung des Operateurs ein entscheidender Faktor. Bei der Schulterendoprothetik gibt es nur wenige Operateure, die im Jahr eine ausreichend große Zahl an Endoprothesenimplantationen vorweisen können. Die deutsche Gesellschaft für Schulter- und Ellenbogenchirurgie (DVSE) wird hierfür in naher Zukunft eine entsprechende Zertifizierung vorlegen.

#### ► Worauf kommt's bei der OP-Technik an?

Gewebeschonendes Operieren gepaart mit Erfahrung ist ein Schlüssel zum Erfolg. Wir Chirurgen machen letztlich nur die Vorbereitung, damit die Biologie des Körpers mit dem Ersatzteil etwas Sinnvolles anfangen kann. Oder wie ein Schweizer Anatom einmal treffend gesagt hat: „If the surgeon does something biological, biology does the rest.“ Frei übersetzt heißt das: „Wenn der Chirurg etwas biologisch Sinnvolles tut, wird es die Biologie des Körpers schon richten.“

#### ► Was ist wichtig, um größtmögliche Sicherheit und das bestmögliche Ergebnis für den Patienten zu erzielen?

Letztlich ist das Gesamtpaket entscheidend – bestehend aus Patient, Operateur, Operation, Klinik und Nachbehandlung.

#### ► Wie lange dauert die OP, wie lange muss man in der Klinik bleiben, und ist eine Reha sinnvoll?

Der Schultergelenkersatz dauert in der Regel zwischen einer und eineinhalb Stunden und wird in Vollnarkose mit einem zusätzlichen regionalen Schmerzverfahren durchgeführt, sodass nur eine sehr leichte Vollnarkose notwendig ist. Der stationäre Aufenthalt beträgt meist eine knappe Woche. Bei Inversen Schulterendoprothesen schließt sich der Reha-Aufenthalt meist direkt an, bei einem anatomischen Gelenkersatz erst sechs bis acht Wochen nach dem Eingriff.

#### ► Welchen Tipp können Sie Patienten geben, die Angst vor der Gelenkersatz-Operation haben?

Lassen Sie sich nicht bedrängen, Sie entscheiden, wann es so weit ist. Und Sie müssen ein gutes Gefühl dabei haben!

BEZ



## Prof. Dr. Patric Raiss

Orthopädische Chirurgie München (OCM)  
Steinerstraße 6  
81369 München  
Telefon: 089/20 60 82-0  
www.ocm-muenchen.de  
E-Mail: team-Raiss@ocm-muenchen.de

### ► Schmerz nehmen und Belastbarkeit erhöhen

Die OCM, eine renommierte Spezialklinik für orthopädische Chirurgie, gilt seit vielen Jahren als gefragte Anlaufstelle auch für Arthrose-Patienten. Für den Fall, dass nur noch ein Gelenkersatz-Eingriff die Schmerzen lindern kann, stehen erfahrene Experten zur Verfügung, die neben breiter Ausbildung ein hohes Maß an Spezialisierung und Routine vorweisen können. Zu ihnen gehört Professor Dr. Patric Raiss, ein Schulter-Profi der jüngeren Generation, der Wert darauf legt, neueste wissenschaftliche Erkenntnisse und technische Innovationen zu nutzen. „Die Schulterchirurgie ist eines der Fächer der Orthopädie, das sich in den letzten Jahren am schnellsten weiterentwickelt hat. Umso wichtiger ist es, dass Ihr behandelnder Arzt immer auf dem neuesten Stand ist“, erklärt Prof. Raiss. Sein Wissen gibt er auch an andere Ärzte weiter – als Ausbilder der Deutschen Vereinigung für Schulter- und Ellenbogenchirurgie (DSVE), deren Vorstand er angehört.

#### ► Wie weit ist der Gelenkersatz an der Schulter vorangeschritten und was können moderne Endoprothesen heute leisten?

Der Gelenkersatz hat sich auch an der Schulter zu einer Erfolgsgeschichte entwickelt: „Endoprothesen können den Patienten die unerträglichen Arthroseschmerzen nehmen, sind sofort belastbar und geben dem Patienten Lebensqualität zurück“, sagt Professor Raiss.

#### ► Worauf sollten Patienten achten?

„Der Operateur sollte klinische und wissenschaftliche Erfahrung auf diesem Gebiet mitbringen, um die beste Behandlung auf neuestem Wissensstand anwenden zu können. Hierdurch werden die Ergebnisse optimiert und Komplikationen vermieden“ so Prof. Raiss. „Eine Klinik, die eine hohe Fallzahl an Gelenkersatz-Operationen aufweist, verfügt in der Regel über ein eingespieltes Team, das die Sicherheit für die Patienten zusätzlich erhöht.“

#### ► Was ist wichtig bei einer Gelenkersatz-OP?

Prof. Raiss: „Neben gründlicher Diagnostik ist eine exakte Prothesenplanung ein wichtiger Faktor, um das bestmögliche Ergebnis zu erreichen. Dazu nutzen wir innovative 3D-Planungssoftwares auf der Grundlage bildgebender Verfahren (z. B. CT). So kann individuell für den Patienten das optimale Implantat und dessen Positionierung analysiert werden.“

#### ► Was ist nach der OP zu beachten?

„Durch schonende OP-Verfahren ist mittlerweile eine frühzeitige Belastung der Gelenkes möglich. Jeder Patient erhält einen individuellen Nachbehandlungsplan, der im Rahmen der Physiotherapie, der Reha oder bei Eigenübungen angewendet wird.“

#### ► Wann darf man nach der OP wieder arbeiten und sporteln?

Je nach Job kann man laut Prof. Raiss nach etwa sechs bis zwölf Wochen wieder arbeiten. Joggen oder Schwimmen ist nach sechs Wochen wieder erlaubt. „In eigenen Studien konnte gezeigt werden, dass alle Patienten, die vor der OP Sport getrieben haben, ihre Sportart auch nach der OP wieder durchführen konnten.“

BEZ



## Prof. Dr. Volker Klauss

Kardiologie Innenstadt  
Sonnenstraße 17  
80331 München  
Telefon: 089/59 26 28  
www.kardiologie-innenstadt.com  
E-Mail: klauss@kardiologie-innenstadt.com

### ► Herzmedikamente vor der OP überprüfen lassen

Ein künstliches Gelenk nimmt Arthrose-Patienten in den allermeisten Fällen die Schmerzen und gibt ihnen viel Lebensqualität zurück. Allerdings sollte man einen solchen Eingriff nicht auf die leichte Schulter nehmen – vor allem dann nicht, wenn man zur älteren Generation gehört und/oder gesundheitlich angeschlagen ist. „Gerade Patienten mit Herz- und Gefäßerkrankungen sollten sich vor der Gelenkersatz-Operation noch mal bei ihrem Kardiologen vorstellen. Dabei wird dann in der Regel noch mal untersucht, wie belastbar der Patient ist bzw. ob sich seine Belastbarkeit in letzter Zeit geändert hat, er z. B. zunehmend Luftnot beim Treppensteigen bekommt. Besonders wichtig ist es, die Einstellung der Medikamente mit Blick auf den Eingriff zu überprüfen“, rät Professor Dr. Volker Klauss von der Praxis Kardiologie Innenstadt. Der erfahrene Herzspezialist hat u. a. 20 Jahre am LMU-Klinikum gearbeitet, zuletzt als Leiter der Kardiologie am Klinikum Innenstadt. Hier erklärt Prof. Klauss, was Herzpatienten vor der Gelenkersatz-OP beachten sollten.

#### ► Was müssen Patienten wissen, die an Vorhofflimmern leiden?

Allein in Deutschland leiden knapp zwei Millionen Menschen an dieser häufigsten Herzrhythmusstörung. Sie erhöht das Schlaganfall-Risiko, weil dadurch – vereinfacht erklärt – ein Blutpfropfen ins Gehirn geschleudert werden und darin ein Gefäß verschließen könnte. Deshalb nehmen diese Patienten Gerinnungshemmer ein – immer öfter Medikamente der neuen Generation, die zur Gruppe der Neuen Oralen Antikoagulantien (NOAK) gehören. Prof. Klauss: „NOAK's sollten 24 bis 48 Stunden vor der Operation abgesetzt werden, um das Blutungsrisiko zu verringern.“ Anders als beim Medikamenten-Klassiker Marcumar ist bei diesen NOAK's keine überbrückende Therapie mit Heparin notwendig, was die OP-Vorbereitung erheblich vereinfacht.

#### ► Was tun bei Diabetes und Bluthochdruck?

Viele Menschen mit einem Typ-2-Diabetes nehmen das Medikament Metformin ein. „Dieses Mittel sollte man 48 Stunden vor der OP weglassen, weil es bei der Narkose zu Komplikationen führen kann“, weiß Prof. Klauss. Dagegen sollten Bluthochdruck-Patienten ihre regelmäßige Arznei unbedingt auch in der Klinik weiternehmen, um Entgleisungen des Blutdrucks zu verhindern.

#### ► Welche Empfehlungen gelten für Patienten, die in den letzten Monaten einen Herzinfarkt erlitten und/oder einen Stent erhalten haben?

Sie müssen in der Regel neben der lebenslangen Aspirin-Tablette noch einen zweiten Blutverdünner, etwa Clopidogrel, für eine bestimmte Zeit schlucken. „Während dieser Phase sollte diese doppelte Blutverdünnung bei einer geplanten OP nicht unterbrochen werden, weil sonst die Gefahr besteht, dass sich der Stent erneut verschließt“, erklärt Prof. Klauss. Eine heikle Komplikation, die Stentthrombose genannt wird. „Eine vorübergehende Reduzierung dieser Blutverdünnung darf auch bei dringlichen Operationen nur in Absprache mit dem Kardiologen erfolgen.“

BEZ