

Kantonsspital Baselland genau für Sie



In der Schulter-Sprechstunde untersuchen PD Dr. Müller und sein Team jede einzelne Schulter genau, um nichts zu übersehen.

Foto: +Vg/KSBL

Die Liste der möglichen Schulterverletzungen ist lange, erklärt PD Dr. med. Sebastian Müller. Die individuelle Therapie richtet sich nach der Verletzung, aber immer auch nach Alter, sportlicher Betätigung, Vorverletzungen und Anspruch der Patientinnen und Patienten.



SCHULTERVERLETZUNGEN

RASCH SCHMERZFREI UND FUNKTIONSFÄHIG

Wer sich schon einmal an der Schulter verletzt hat, weiss wie schmerzhaft dies sein kann. Mit Hilfe der richtigen Behandlung lassen sich jedoch fast alle Schulterprobleme lösen. Dabei braucht es nicht immer eine Operation.

Dass immer mehr Menschen körperlich aktiv sind, ist eine erfreuliche Nachricht, denn Bewegung hält uns fit. Beim Sport lauern jedoch auch Gefahren. So sind etwa die Schultern anfällig für Verletzungen. Ein unglücklicher Sturz beim Skifahren oder auf einer Velotour kann für die Schulter unangenehme Folgen haben. Auch bei Teamsportarten wie etwa Basketball, Handball, Rugby oder Fussball kann es bei einem Zusammenprall die Schulter treffen. Nicht selten kommt es dabei zu einer Schulterluxation, also zum Ausrenken des Gelenkes. «Diese typische Schulterverletzung sehen wir häufig bei jungen, sportlich aktiven Männern zwischen 15 und 25 Jahren», sagt PD Dr. med. Sebastian A. Müller, Schulterspezialist und Leitender Arzt am Kantonsspital Baselland (KSBL). Da diese Verletzungen typischerweise in der Freizeit auftreten, kommen diese Patienten

nachts oder am Wochenende in die Notaufnahme. Dort wird ihnen die Schulter unter Kurznarkose wieder eingerenkt. Doch nicht nur junge Sportlerinnen und Sportler trifft es. Dr. Müller beobachtet eine weitere Häufung bei Menschen zwischen 65 und 80 Jahren. «In diesem Alter stürzen Männer wie Frauen oft im Alltag oder etwa beim Wandern.»

Dass Schulterverletzungen zu den häufigsten orthopädischen Problemen gehören, hängt mit der Bauweise dieses Gelenks zusammen. Weil wir unsere Arme in alle möglichen Richtungen bewegen können, braucht es eine hohe Beweglichkeit. «Das ist möglich, weil die Oberarmkugel

im Schultergelenk nur auf der Gelenkpfanne aufliegt und nicht, wie beim Kugelgelenk der Hüfte, fest davon umschlossen wird», erklärt Sebastian Müller. Gleichzeitig ist es auch das komplizierteste Gelenk, denn in der Schulter treffen drei Knochen, etliche Muskeln, Bänder und Sehnen aufeinander, welche die Schulter in der richtigen Position halten. Werden bei einem Unfall Knochen, Knorpel oder Halteapparat beschädigt, lässt sie sich nicht mehr richtig bewegen.

«Die Heilungschancen sind mit der passenden Therapie sehr gut.»

Mit Muskelaufbau lässt sich viel erreichen

In der Schulter-Sprechstunde untersuchen PD Dr. Müller und sein Team jede einzelne Schulter genau, um nichts zu übersehen. So stellen sie beispielweise oft bei jüngeren Patienten und Patientinnen mit einer ausgerenkten Schulter fest, dass der Knorpelring, der die Gelenkpfanne umgibt, abgerissen ist. Das erhöht die Gefahr einer erneuten Luxation sehr. «Bei Menschen ab 40 Jahren reis-

sen hingegen typischerweise Sehnen ab. Das kommt in diesem Alter ziemlich oft vor und im schlimmsten Fall führt dies zu einer Immobilität des Arms.» Die Liste mit den Schulterverletzungen liesse sich noch weiterführen. Doch wie sieht die typische Behandlung aus, damit man die Beweglichkeit möglichst rasch wieder erlangt? «Die individuelle Therapie richtet sich nach der Ver-

letzung, aber immer auch nach Alter, sportlicher Betätigung, Vorverletzungen und Anspruch der Patientinnen und Patienten», erklärt der Orthopäde. Im besten Fall reicht ein gezielter Muskelaufbau aus, um die Beweglichkeit zurückzugewinnen. Dafür trainieren die Betroffenen Zugbewegungen mit Gummibändern, bauen mit Hanteltraining Kraft auf oder üben an Geräten. «Es ist ganz wichtig, dass die Patientinnen und Patienten ihre Übungen, die sie in der Physiotherapie lernen, zu Hause regelmässig machen.» Diese Selbstdisziplin lohnt sich. Doch nicht immer hilft der Muskelaufbau, sodass eine Operation notwendig wird. Bei einer wiederholten Schulterausrenkung oder bei einer durch Sport stark belasteten Schulter befestigen die Orthopäden den abgerissenen Knorpelring wieder an der Gelenkpfanne. Bei besonders schweren Fällen muss die Gelenkpfanne vergrössert werden, indem körpereigene Knochenstücke angesetzt werden. Bei älteren Personen sei es wichtig, abgerissene Sehnen wieder zu fixieren – eine Spezialität von PD Dr. Müller. Solche Eingriffe werden minimalinvasiv durchgeführt, also mit Hilfe von kleinen Schnitten, durch

die eine Kamera und Operationsgeräte eingeführt werden. Dank dieser schonenden Operationstechnik sind die Patientinnen und Patienten schneller wieder fit. «Die Heilungschancen sind mit der passenden Therapie sehr gut», bringt es der Schulterspezialist auf den Punkt. Insgesamt kann die Regenerationsphase von drei Wochen bis zu einem Jahr dauern. Während dieser Zeit kontrollieren die Orthopädinnen und Orthopäden des KSBL den Heilungsfortschritt fortlaufend. «Wir schliessen die Behandlung erst ab, wenn die Verletzung geheilt und unser Patient oder unsere Patientin zufrieden ist.»



PD Dr. med. Sebastian A. Müller
Facharzt für Orthopädische
Chirurgie und Traumatologie des
Bewegungsapparates
Leitender Arzt

Schulter-Sprechstunde am KSBL

Leiden Sie an Schulterproblemen, wie...

- eingeschränkte Beweglichkeit von Arm oder Schulter
 - mehrere Wochen andauernde Schmerzen
 - Nachtschmerz
- Oder hatten Sie einen Unfall mit akuter Verletzung oder Schmerzen?

An den Standorten Liestal und Bruderholz sowie im «Ambulanten Zentrum Laufen» bietet das Team «Schulter und Ellbogen» wöchentlich Sprechstunden an – im Bruderholz zusätzlich eine eigene Sportsprechstunde.

**Kantonsspital Baselland
Klinik für Orthopädie und Traumatologie
des Bewegungsapparates**
T +41 (0)61 925 22 24
schulter@ksbl.ch

www.ksbl.ch/schulter