



**ORTHOPÄDIE UND
SPORTTRAUMATOLOGIE**
KLINIK am RING, Köln

Schulter Sehnenriss Ruptur Rotatorenmanschette

Die das Schultergelenk umgebenden Sehnen, die sogenannte Rotatorenmanschette, werden im Laufe des Lebens stark beansprucht und verschleiben dementsprechend. Als Folge kann ein Unfall, bei entsprechender Vorschädigung sogar eine alltägliche Belastung, zu einem Sehnenriss führen. Eine gerissene Sehne an der Schulter heilt nicht von selbst. Das Gegenteil ist der Fall, ein Sehnenriss wird im Laufe der Zeit immer größer. Nur die frühzeitige Diagnose gewährleistet einen optimalen Behandlungserfolg.

Was macht unser Schultergelenk so besonders?

Die Schulter ist das beweglichste Gelenk im menschlichen Körper. Dies verdankt sie ihrer besonderen Bauweise: ein kugelartiger Gelenkkopf, der sich in einer flachen Gelenkpfanne bewegt. Damit das sehr bewegliche Gelenk dennoch stabil ist, ist es umgeben von einer sehr komplexen, dadurch aber auch anfälligen Konstruktion aus Gelenkkapsel, Sehnen, Bändern und Schleimbeuteln. Insbesondere die an der Schulter ansetzenden Sehnen, die Rotatorenmanschette,

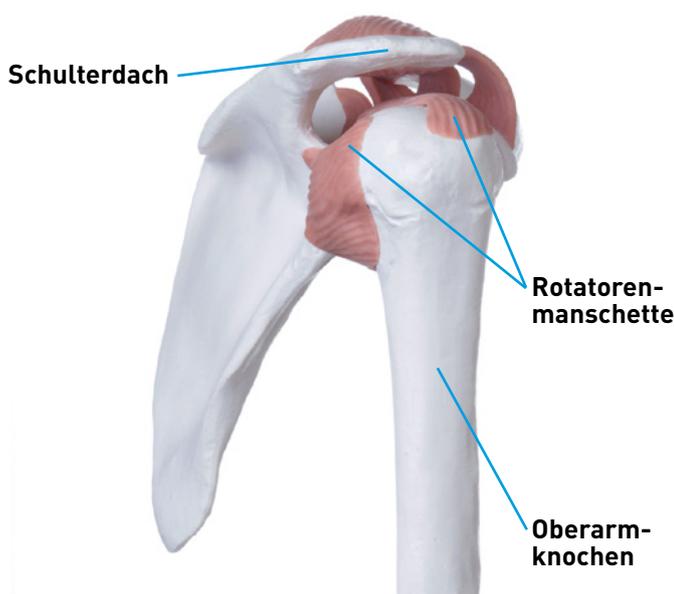
neigen nach Überlastung zu Entzündung oder Verschleiß. Bei dauerhafter Überlastung kommt es schließlich häufig sogar zum Sehnenriss.

Wie kommt es zu Sehnenriss an der Schulter?

Die Sehnen an der Schulter können durch einen Unfall, wie beispielsweise einen Sturz auf den Arm, oder auch sonstige stärkste Belastungen reißen. Häufig ist jedoch ein chronischer Sehnenverschleiß oder eine dauerhafte Überlastung ursächlich dafür, dass es zum Sehnenriss kommt. Somit liegt auf der Hand, dass eher reifere Menschen von einem Riss betroffen sind. Gefährdet sind aber auch Menschen, die ihre Schultern über einen längeren Zeitraum, sei es durch Beruf oder Sport, sehr intensiv belastet haben. Bei einer vorgeschädigten, verschlissenen Sehne reicht manchmal eine Alltagsbelastung aus, um sie reißen zu lassen.

Wie äußern sich die Beschwerden beim Riss der Rotatorenmanschette?

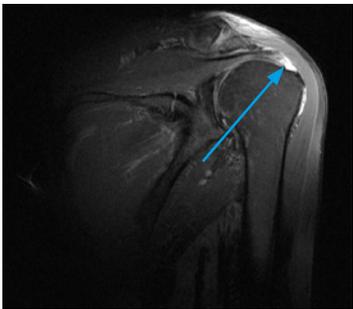
Bei einem Schaden der Rotatorenmanschette klagt der Betroffene häufig über plötzliche, oft stechende Schmerzen, vor allem bei allen Bewegungen des Armes nach oben. Häufig ist auch die Kraft des Armes beim Heben reduziert. Aufgrund einer sich ausbildenden Entzündung kommt es häufig auch zu nächtlichen Schulterschmerzen, die regelmäßig in den Oberarm ausstrahlen.



Schulter Sehnenriss / Ruptur Rotatorenmanschette

Auf welche Weise stellt der Arzt einen Rotatorenmanschettenriss fest?

Am Anfang stehen die Erhebung der Krankengeschichte sowie die klinische Untersuchung. Insbesondere spezielle Provokationstests für die einzelnen Sehnenabschnitte sind wichtig. Eine Kraftminderung, z. B. beim Anheben des Armes nach oben, kann dabei als relativ eindeutiges Indiz für einen Sehnenriss gelten. Bei Verdacht auf eine Ruptur der Rotatorenmanschette sind gezielte apparative Untersuchungen wie Ultraschall oder Kernspintomografie zur Darstellung der Sehnen notwendig.



Kernspin Schulter:
gerissene Sehne

Wie wird ein Riss der Rotatorenmanschette behandelt?

Da eine gerissene Sehne nicht wieder von selbst zusammenheilt, müssen Arzt und Patient gemeinsam entscheiden, ob der Betroffene mit einer gerissenen Sehne langfristig leben kann oder der Schaden an der Schulter frühzeitig repariert werden sollte. Sämtliche Behandlungsstrategien orientieren sich grundsätzlich an der individuellen Beschwerdesymptomatik, am Anspruch des Patienten und an seinen speziellen Lebensbedingungen. Wichtig zu wissen ist, dass ein Sehnenriss im Laufe der Zeit immer größer wird und damit die Beschwerden zunehmen werden. Zum anderen gilt zu bedenken, dass eine verzögerte Reparatur eines größeren Risses insgesamt schwieriger und der Heilungsverlauf langwieriger ist. Bei jüngeren bzw. aktiveren Menschen ist eine Operation zur Reparatur der gerissenen Sehne in aller Regel dringend angeraten. Bestehen bei einem reiferen Patienten mit geringem Bewegungs- und Belastungsanspruch nur geringe Beschwerden, kann man mit der Rekonstruktion einer gerissenen Sehne eher zurückhaltend sein. Hier kann dann ggf. auch mit konservativen Therapiemaßnahmen (Physiotherapie, Medikamenten) die Lebensqualität dauerhaft wiederhergestellt werden.

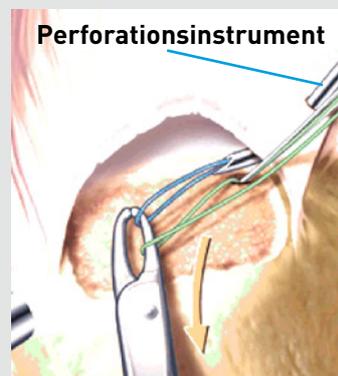
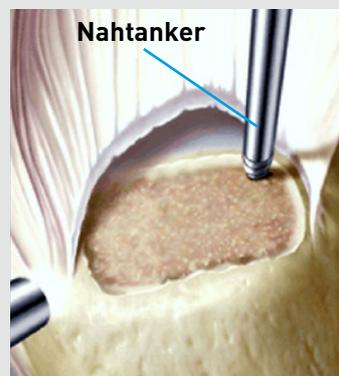
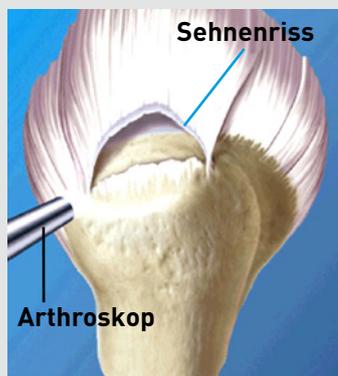




Was geschieht bei einer Operation der Rotatorenmanschette?

Sehnenrisse werden von erfahrenen Schulter spezialisten heutzutage fast ausnahmslos arthroskopisch, d. h. minimal-invasiv operiert. Hierbei wird die abgerissene Sehne über drei bis vier ca. 5 mm kleine Zugänge unter Kamerasicht mit feinen Spezialinstrumenten repariert. Hierzu werden die abgerissenen Sehnenenden mithilfe kleiner Nahtanker

aus Titan oder bioresorbierbarem Material und entsprechenden Fäden am Knochen fixiert, damit sie dort festheilen. Zugleich ist es meist notwendig, den Raum unter dem Schulterdach zu erweitern (vergl. Impingement-Syndrom), um die heilende Sehne vor unnötiger Druckbelastung zu schützen und ein sicheres Anheilen zu gewährleisten.



Wie wird die operierte Schulter nachbehandelt?

Damit die genähte bzw. rekonstruierte Sehne heilen kann, benötigt sie eine gewisse Ruhe. Die Schulter wird mit einer Bandage zunächst für ca. drei Wochen ruhiggestellt. Die Bandage kann vom Patienten leicht selbstständig an- und angelegt werden und erlaubt den Einsatz des Arms für einfache Tätigkeiten des täglichen Lebens. Damit es in dieser Zeit nicht zu einer Einsteifung der Schulter kommt, wird

das Schultergelenk frühzeitig vom Krankengymnasten vorsichtig bewegt und der Patient wird zu Eigenübungen angeleitet. Nach ca. sechs Wochen sollte ein gezieltes Muskelaufbautraining erfolgen. Die Schulter belastende Tätigkeiten oder Sportarten sollten je nach Rissgröße drei bis sechs Monate gemieden werden.



Schulter Sehnenriss / Ruptur Rotatorenmanschette

Spezialisten zur Behandlung eines Schadens der Rotatorenmanschette

Für die optimale Behandlung einer Rotatorenmanschettenruptur sind erfahrene Schulter spezialisten gefragt: Das Orthopädierteam der KLINIK am RING, Köln behandelt jährlich mehrere Tausend Schulterpatienten und führt mehr als 400 Rotatorenmanschettenrekonstruktionen pro Jahr durch.

Zur besseren, auch überregionalen Versorgung von Schulterpatienten gründeten Dr. Preis und Dr. Schroeder das WESTDEUTSCHE KNIE & SCHULTER ZENTRUM. Hier kooperieren Spezialisten unterschiedlicher Fachrichtungen zur optimalen Diagnostik, Therapie und Nachbehandlung von Patienten mit Schultererkrankungen und Schulterverletzungen.

© Dr. med. Stefan Preis

Das Ärzteteam



Ärzte für Orthopädie & Unfallchirurgie*,
Sportmedizin und Chirotherapie in der
KLINIK am RING

Dr. med. Stefan Preis

Dr. med. Jörg Schroeder

Dr. med. Alexander Lages

Jörn Verfürth*

Dr. med. Jan Vonhoegen*, M.D. (USA)

Dr. med. Martin Wagner*

Dr. med. Katharina Köhler*

Dr. med. Michael Milz

Christine Becker

Dr. med. Timmo Koy*

& Partner



Orthopädie und Sporttraumatologie in der

KLINIK am RING

Hohenstaufering 28
50674 Köln

Tel. (0221) 9 24 24-220
Fax (0221) 9 24 24-270

orthopaedie@klinik-am-ring.de
www.ortho-klinik-am-ring.de

knie-schulter@klinik-am-ring.de
www.knie-schulter-zentrum.de



Meine Ärzte.
Meine Gesundheit.

WESTDEUTSCHES
KNIE & SCHULTER
ZENTRUM

