

Healing-Response

Die neue Behandlungsmethode bei Kreuzbandverletzungen

Verletzungen an den Kreuzbändern sind bei Sportlern besonders häufig. Viele wissen aus eigener Erfahrung, dass die bisherigen Behandlungskonzepte in der Regel mit einem relativ grossen Aufwand und einer langen Genesungsphase verbunden waren. Bei Spitzensportlern sind es mindestens vier, bei Breitensportlern meistens sechs und mehr Monate, bis das operierte Knie wieder einer grösseren sportlichen Belastung ausgesetzt werden kann. Der Zürcher Orthopäde und Sportmediziner Dr. Urs Schneider wendet bei frischen vorderen Kreuzbandverletzungen seit vielen Jahren eine Alternativmethode an, wodurch die Heilungszeit sehr deutlich verkürzt wird.

Herr Dr. Schneider, was zeichnet Ihre Operationstechnik im Vergleich zur heute immer noch häufig angewandten Methode aus?

Dr. med. Urs Schneider: Der grosse Unterschied gegenüber den meisten herkömmlichen Operationsmethoden liegt vor allem darin, dass das zerrissene Kreuzband während der Arthroskopie-Operation nicht ersetzt werden muss. Mit anderen Worten: Es muss keine neue Sehne und kein neues Band eingezogen werden. Besonders bei Skisport-Verletzungen haben wir seit langem festgestellt, dass das vordere Kreuzband häufig an der gleichen Stelle des Oberschenkels abreissst. Während der Operation wird das verletzte Band an die Abrissstelle zurückgebracht und der Rissbereich mit

Spezialinstrumenten angefrischt. Dadurch erreichen wir über Narbenbildungen die spontane Einheilung. Die Healing-Response-Operation eignet sich am besten für Behandlungen innerhalb der ersten 3 bis 4 Wochen nach dem Unfall.

Was sind die Vorteile für den Patienten?

Weil das verletzte Kreuzband nicht entfernt werden muss, ist die Beeinträchtigung nach der Operation viel geringer und die Heilungszeit kürzer. In der Regel erlangt der Patient bereits nach einem Drittel der sonst üblichen Behandlungszeit seine frühere Mobilität wieder zurück. Diese Methode spart zudem Kosten, weil der Eingriff weniger aufwändig, die Nachbehandlungen und der Arbeitsausfall kürzer sind. Diese Vorteile schätzen vor allem die Berufstätigen. Ein weiterer nicht zu unterschätzender Vorteil dieser Healing-Response-Methode liegt in der kurzen Operationszeit und des daraus folgenden geringen Komplikationsrisikos.

Die neue Behandlungsmethode ist noch relativ jung. Ein «Produkt» aus den USA?

Die Healing-Response-Operation stammt effektiv aus den USA (Steadman/Vail), wo sie schon seit einiger Zeit selbst bei Spitzensportlern mit grossem Erfolg angewendet wird. Ein prominentes Beispiel: Der Skirennläufer Bode Miller wurde 2000/01 mit dieser Methode operiert und hat bekanntlich den Anschluss an die Spitze innerhalb von kürzester Zeit wieder geschafft. Ich selbst habe diese Methode vor über 10 Jahren bei Dr. Steadman in Vail gelernt und wende sie seither regelmässig mit guten Ergebnissen an. Einen weiteren Vorteil dieses Vorgehens sehe ich den kleinen Hautschnitten (2 bis 3 je 1 cm lange Narbenbildungen) sowie das vollständige Fehlen von Kniescheibenbeschwerden, wie sie nach konventionellen Kreuzbandoperationen nicht selten angetroffen werden.

Die Behandlung frischer vorderer Kreuzbandverletzungen wird offenbar sehr unterschiedlich gehandhabt. Am Schweizerischen Sportmedizin-Kongress 1998 sprachen Sie von einer «ausgesprochenen Uneinheitlichkeit und auch Unsicherheit» bei den zu treffenden Massnahmen. Hat sich das zwischenzeitlich zum Besseren gewendet?

Leider muss ich Sie diesbezüglich enttäuschen. Es werden nach wie vor viele arthroskopische Operationen durchgeführt, die mit der Entfernung des frisch zerrissenen vorderen Kreuzbandes beginnen. Durch dieses Vorgehen vergeblich man sich leider die vorgängig beschriebene Chance einer gelenkschonenden Operation, welche Arthroskopie und Kreuzbandreparatur optimal miteinander verbinden. Bekanntlich treten bei Kreuzband-Ersatzoperationen mit Hilfe von Transplantaten aller Art nicht selten

bleibende Kniegelenkveränderungen in Form von Arthrose auf.

Weshalb ist das so?

Es fällt mir nicht leicht, eine klare Antwort auf diese Frage zu geben. Hier spielen neben dem Aus- und Weiterbildungsstand der einzelnen Operateure auch gewisse Wünsche und Forderungen ihrer Patienten mit. Zudem herrscht oftmals die verbreitete Ansicht vor, dass eine arthroskopische Operation einfach sei und der Erfolg der Behandlung deshalb fast zwingend. Leider unterschätzen viele Patienten auch die Dauer der Nachbehandlungszeit.

Bode Miller, der um die Jahrtausendwende mit der neuen Technik behandelt wurde, ist ein Spitzensportler. Da ist es normal, dass die Nachbehandlung ohnehin kürzer ausfällt. Funktioniert die Healing-Response-Methode auch bei Breitensportlern?

Von dieser Methode können, wegen der oben erwähnten Vorteile, ganz besonders die Breitensportler profitieren. Grundsätzlich spielt auch das Alter meist keine Rolle. Welche Behandlungsform schlussendlich in Frage kommt, hängt zur Hauptsache von den Begleitverletzungen ab, die durch eine gründliche Abklärung vor der Operation erfasst werden. Die Wünsche des Patienten und seine Alltagsanforderungen spielen ebenfalls eine wichtige Rolle.

Bestehen verlässliche Langzeitergebnisse der Studie?

Vor zirka zwei Jahren habe ich alle mit dieser Operation behandelten Patienten nachkontrolliert und festgestellt, dass zirka 85 Prozent der Patienten mit dem Operationsresultat zufrieden waren. Dr. Steadman lässt seine Patienten ebenfalls nachkontrollieren

und war zuerst nicht wenig überrascht über die vielen guten Ergebnisse. Aufgrund meiner Nachkontrollen weiss ich, dass meine Resultate praktisch gleich gut sind, wie diejenigen von Vail. Auch die Stabilität der Kniegelenke nach dieser Healing-Response-Operation ist vergleichbar mit den üblichen Kreuzband-Ersatzoperationen.

Es gibt ja auch Kreuzbandverletzungen, die nicht operiert werden müssen/sollen. Wann sehen Sie von einer Operation ab und wie kann man auch ohne Operation wieder fit werden?

Früher wurden die verstauchten Kniegelenke üblicherweise mit einer Gipshülse für 6 Wochen behandelt. Anschliessend begann man mit Bewegungsübungen. Und tatsächlich ist durch diese «Therapie» auch ein Teil der Patienten wieder gesund geworden und zur ehemaligen Aktivität zurückgekehrt. Der grössere Teil der Patienten verspürte jedoch ein Nachgeben, eine Instabilität im verletzten Knie, welches ein sicheres Auftreten beim Sport oder bei Bergwanderungen nicht mehr zulies. Zudem traten oft schon nach kurzer Zeit wieder vermehrte Kniegelenkschmerzen auf, die meistens durch Verletzungen der Menisken, der Knorpelscheiben im Gelenk, hervorgerufen wurden.

Wir wissen heute mit absoluter Sicherheit, dass eine Knieinstabilität häufig zu Knorpelverletzungen führt. Mit stabilen Kreuzbändern tritt eine solche Veränderung wesentlich seltener auf. Ein nicht operiertes Knie kann somit recht lange ganz gut funktionieren. Der Trainingszustand und die Belastbarkeit des betroffenen Gelenkes, wie diese vor der Verletzung waren, können aber meistens nicht mehr erreicht werden. Deshalb sollte die Entscheidung für oder gegen eine Operation gut überdacht und

unter Umständen mehrere Ärzte befragt werden. Im Zeitalter der Kommunikation und der Mobilität sollten die Patienten davon vermehrt Gebrauch machen.

Text **Joseph Weibel**

Nachbehandlungsschema (abgekürzt)

Vor der Operation:

Voruntersuchungen, Abklärungen, OP ja oder nein?

OPERATION:

Dauer knapp 1 Stunde (Meistens Teilanästhesie).

Woche 1 und 2 nach OP:

Fixation des Beines in Streckstellung (Schiene).

Woche 3 und 4 nach OP:

Vorsichtiger Beginn der Mobilisation, Teilbelastung.

Woche 5 und 6 nach OP:

Zunehmende Vollbelastung, keine Schiene, keine Stöcke.

Physiotherapie

Nach Woche 7:

Übergang zu normaler Alltagsaktivität und geführten, kontrollierten Sportarten: (Velo, Hometrainer, Kraftmaschine).

Vollbelastung je nach Zustand der Muskulatur des betroffenen Beines

der Spezialist



Dr. med.

URS SCHNEIDER

Seefeldstrasse 66

8008 Zürich

schneider@sportmedizin.ch

www.sportmedizin.ch

