



Nicola bei der Untersuchung: Früher hätte sie nach dem Unfall ein künstliches Knie benötigt. Dank jüngster Forschungen wurde ihr eigenes Gelenk aufgebaut

Nach einem Unfall bedrohte Knorpelverschleiß das rechte Kniegelenk von Nicola K. Der Schülerin half eine neue Therapie an der ATOS Klinik in Heidelberg

Schwimmen, Tennis, Volleyball – eine Woche ohne Bewegung gab es für Nicola (16) nicht. Jedenfalls nicht bis zu dieser Sportstunde im November vor zwei Jahren. Völkerball stand auf dem Stundenplan. Da passierte es. Nicola: „Wir waren nur noch zu zweit auf dem Feld, als mit dem harten Ball auf mich gezielt wurde. „Ich versuchte, nach hinten auszuweichen. Aber da war schon meine Mitspielerin. Reflexartig drehte ich meinen Körper wieder zurück, stürzte zu Boden. Es knackte – und ein unglaublicher Schmerz durchfuhr mein rechtes Knie.“

Ein Krankenwagen brachte die junge Frau ins Krankenhaus von Esslingen-Nürtingen (nahe Stuttgart). Die Kernspintomografie zeigte: Beim Sturz war

So schützen Sie Ihr Gelenk

Der Experten-Rat: „Trainieren Sie regelmäßig Ihre Beinmuskeln. Fahren Sie viel Rad, oder spannen Sie 50-mal pro Tag Ihre Oberschenkel- und Fußmuskulatur an und zählen dabei bis zehn. Dann lockerlassen.“

Nicolas Kniescheibe aus der Führung gesprungen, hatte ein Stück Knorpel aus dem Gelenk geschlagen. Außerdem waren Bänder gerissen.

Sie soll zwei Wochen bis zur Operation warten

Nicola sollte 14 Tage warten, dann wollten die Ärzte im Rahmen einer Gelenkspiegelung weitersehen. Der Mutter der 16-Jährigen dauerte das alles zu lang. Ein Bekannter empfahl ihr die ATOS Klinik in Heidelberg. Dort bekam die junge Frau umgehend einen Termin. Privatdozent Dr. Rainer Siebold (42) konnte ihr zur Behandlung des Knorpelschadens ein ganz neues Verfahren vorschlagen: eine körpereigene Knorpelzelltransplantation.

Die Ärzte wollen ihr ein künstliches Knie ersparen

„Gerade die ‚Stop-and-go‘-Sportarten wie Tennis, Squash oder Volleyball erhöhen das Risiko auf Knorpelverschleiß“, erklärt Knie-spezialist Siebold. „Im Laufe des Lebens können sogar richtige Löcher im Knorpelgewebe entstehen. Wird das Knie dann nicht richtig behandelt, droht den Patienten neben den Schmerzen im schlimmsten Fall ein künstliches Kniegelenk. Das wollen wir vermeiden.“

Nicola wird operiert. Experte Dr. Siebold: „Bei so einem Eingriff stabilisieren wir die Kniescheibe, damit sie nicht noch einmal herausspringt. Außerdem glätten wir die Knorpelflächen,

entnehmen dann ein Stück Knorpel aus dem Gelenk.“

Körpereigener Knorpel wird im Labor vermehrt

Das wird dann in einer Spezialtransportbox an ein Biotechnologie-Unternehmen geschickt. Dort wird es in einem aufwendigen Verfahren gereinigt und im Reagenzglas steril vermehrt. „Als Nährgrundlage diente mein eigenes Blut“, erinnert sich die Schülerin.

Sechs Wochen später wurden die neuen winzigen Knorpelklümpchen – sogenannte Sphä-

roide – bei Nicola mithilfe einer kleinen Spritze in das kaputte Knie injiziert. Ziel: Die künstlichen Ersatzknorpel sollten sich mit dem echten Knorpelgewebe verbinden. Nicola: „Alles ging gut. Nach einem Jahr konnte ich mein Knie wieder belasten und die Krücken beiseitelegen. Und heute treibe ich wieder Sport wie früher.“

Mehr Infos: PD Dr. Rainer Siebold, ATOS Klinik Heidelberg, Zentrum für Knie- und Fußchirurgie, Internet-Adresse: www.zentrum-hueft-knie-fusschirurgie.de

Die Patienten werden immer jünger

■ Seit die Fitness-Welle rollt, nehmen Knieverletzungen in Deutschland rapide zu. Grund: Wer beim Sport bremst, springt, landet oder dreht, belastet das Gelenk zwischen

Ober- und Unterschenkel schwer. Nicht jedes hält das auf Dauer aus: Jeder zehnte Bundesbürger weist einen Knorpeldefekt im Knie auf – viele schon mit unter 40.

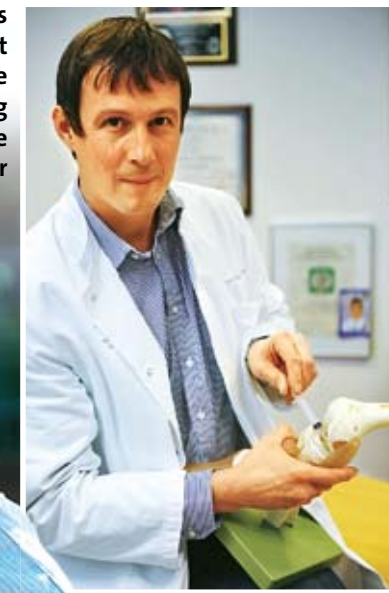


Eine OP bleibt dem Patienten auch bei diesem Verfahren nicht erspart – aber ein künstliches Gelenk. Eigener Knorpel wird gereinigt, vermehrt und wieder ins Gelenk gespritzt. Das kann dann heilen

Sportlerin Nicola (16) bekam eine Zelltransplantation

Endlich kann ich mein Knie wieder belasten

Dr. Siebold aus Heidelberg ist Knie-Experte und schlug Nicola das neue Verfahren vor



Heute hat Nicola keine Probleme mehr und treibt wieder Sport wie früher



Was kostet der Eingriff?

Das Heranzüchten des Eigengewebes im Labor kostet ca. 4500 Euro. Die Eingriffe werden aber zum Teil von den Kassen übernommen.

FRAGEN AN DEN TOP-EXPERTEN

Arzt und Buchautor Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer (58) leitet das Grönemeyer Institut für Mikrotherapie in Bochum

Schicken Sie mir Ihre Fragen an diese E-Mail-Adresse:



top-experte@frauvonheute.de

Verrät meine Haltung meine Laune?

Ich habe einen krummen Rücken. Nun sagte eine Bekannte: Das kann seelische Ursachen haben. Besteht zwischen seelischer und körperlicher Haltung wirklich ein Zusammenhang?

Hanni N., Bielefeld

Unbedingt! Meiner Beobachtung nach gibt es fünf muskuläre Reaktionen auf seelische Belastungen. Menschen, die „die Zähne zusammenbeißen“ und bei denen Spannung im Bereich von Halswirbelsäule und Kiefer vorliegt. Zweitens die, die „viel auf dem Buckel haben“, die Schultern hochziehen. Die dritte Gruppe „lässt sich hängen“. Viertens gibt es Menschen, denen „das Kreuz gebrochen“ wird, mit Beschwerden in der Lendenwirbelsäule. Der fünfte Typus „zieht den Schwanz ein“ und versteift in der Hüfte.

Was will mein Arzt von mir wissen?

Ich gehe nächsten Monat zum großen Check bei meinem Hausarzt, unter anderem wegen Schmerzen. Wie bereite ich mich auf den Arztbesuch vor?

Monika P., Köln

Versuchen Sie Ihre Beschwerden genau zu beschreiben. Schildern Sie Ihrem Arzt alles der Reihe nach: Was stimmt nicht? Seit wann haben Sie Probleme? Sind Sie von bestimmten Situationen abhängig? Wie fühlen Sie sich insgesamt? Welche Vorerkrankungen gibt es in der Familie? Welche Medikamente (auch rezeptfreie) nehmen Sie? Wie sieht Ihr Lebensstil aus? Was sind Ihre größten Sorgen (Arbeit, Finanzen, Familie, Beziehungen)? Haken Sie nach, wenn etwas unklar ist.