

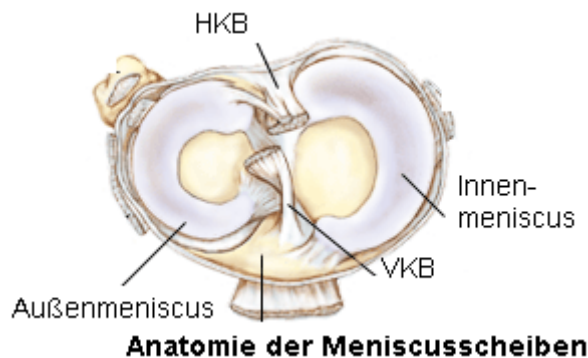
Meniskusriß

Was ist ein Meniskus?

Der Meniskus ist eine halbmondförmige Struktur, welche sich im Kniegelenk zwischen Oberschenkel und Unterschenkel befindet. Der Meniskus hat eine Stoßdämpferfunktion und reduziert die Kräfte, die auf den unter dem Meniskus liegenden Gelenkknorpel ausgeübt werden. In jedem Kniegelenk gibt es zwei Menisken:

Einen Außenmeniskus und einen Innenmeniskus.

Bei jeder Kniebewegung verschieben sich auch die Menisken zwischen den Gelenkflächen des Ober- und Unterschenkelknochens. Zusätzlich zu der Funktion als Puffer haben die Menisken auch eine gelenkstabilisierende Wirkung.



Wodurch kommt es zu einer Verletzung des Meniskus?

Mit zunehmendem Alter kommt es zu einem natürlichen Verschleiß der Menisken. Dieser Verschleiß setzt nicht erst ab dem späten Lebensalter an, sondern beginnt bereits in der Regel etwa ab dem 20. Lebensjahr. Dieser Verschleiß ist meist die Grundlage für einen Meniskuseinriss. Diese Meniskuseinrisse treten dann typischerweise beim Sport oder aber sonstigen plötzlichen falschen Bewegungen auf. Somit ist meist die eigentliche Ursache eines Meniskusrisses weniger in dem eigentlich auslösenden Unfallmechanismus zu sehen, sondern vielmehr in dem verschleißbedingten Zustand des Meniskus. Meist kommt es dann zu einem Meniskusriss, wenn im Oberkörper bei feststehendem Fuß eine Rotation erfolgt.

Wie äußert sich eine Verletzung des Meniskus?

Meist bemerkt man einen akuten Schmerz im Kniegelenk. Ist der Innenmeniskus betroffen, tritt der Schmerz typischerweise eher innen auf, während es bei betroffenem Außenmeniskus eher an der Außenseite lokalisiert ist. Ein akuter Meniskuseinriss kann häufig auch mit Schwellungszuständen des Kniegelenkes verbunden sein. Gelegentlich kann ein Meniskusriss auch mit einer Einklemmung

verbunden sein. Dann kann das Kniegelenk aufgrund von mobilen, losgelösten Meniskusteilen bzw. eingeklemmten Meniskusteilen nicht mehr normal bewegt werden.

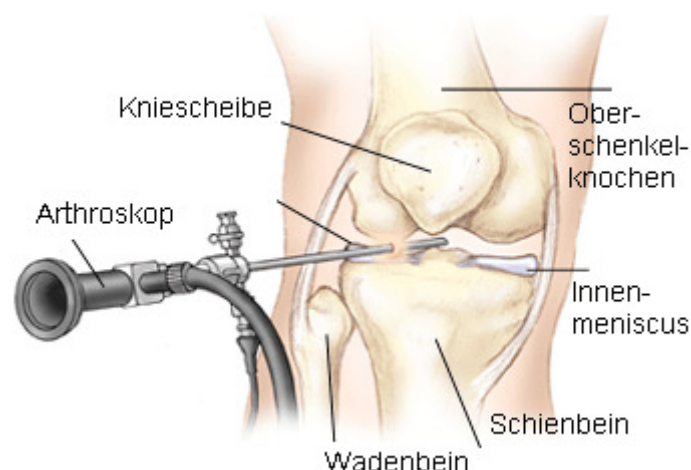
Wie wird eine Verletzung des Meniskus festgestellt?

Es gibt eine Vielzahl von klinischen Tests, welche der Kniespezialist anwendet. Bei unsicherer Diagnose kann bei Bedarf zusätzlich eine Kernspin-Untersuchung (MRT) des Kniegelenkes erfolgen. Hier können neben dem genauen Ausmaß des Meniskusschadens noch weitere Begleitverletzungen des Kniegelenkes entdeckt werden.

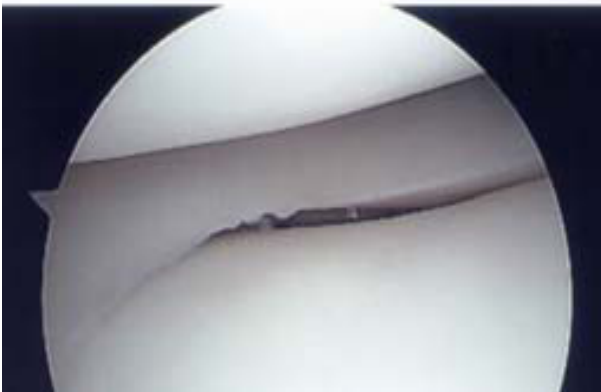
Wie wird eine Verletzung des Meniskus behandelt?

Ein Meniskusriss heilt in der Regel nicht von selbst. Lediglich kleinere, degenerative Einrisse können zunächst konservativ behandelt werden. Beim akuten Meniskusriss ist jedoch mit einer Selbstheilung nicht zu rechnen. Vielmehr besteht die Gefahr, dass ein vorhandener Meniskusriss durch die ständige Belastung im Alltag sogar zunimmt. Deshalb ist die Indikation zu einer arthroskopischen Operation (Schlüsselloch-Chirurgie) großzügig zu stellen. Die Entscheidung für oder gegen eine Operation wird vor allem aufgrund des klinischen Beschwerdebildes und der klinischen Untersuchung, ggf. in Ergänzung mit dem MR-Befund, gestellt.

Kniegelenk-Spiegelung (Arthroskopie):



Befunde bei einer Kniegelenk-Spiegelung (Arthroskopie):



Intakter Innenmeniskus



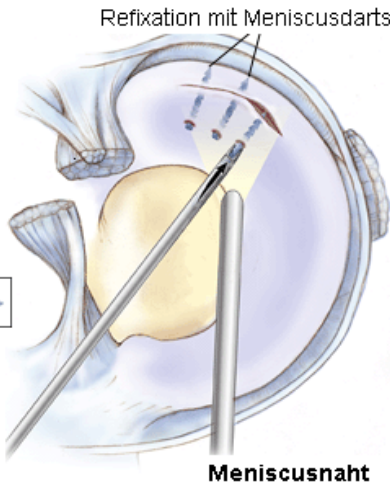
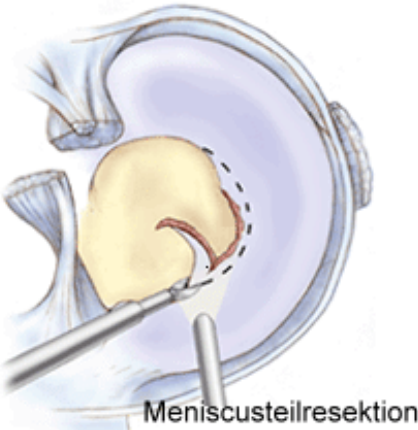
Längsriß im Innenmeniskus

Was geschieht bei der operativen Versorgung einer Meniskus-Verletzung?

Ziel ist es immer, so wenig Meniskusgewebe wie notwendig zu entfernen. Allerdings besteht das Problem, dass Meniskusgewebe in den meisten Zonen eine ganz schlechte Heilungstendenz hat. Liegt ein Riss allerdings in einer Zone vor, in der mit einer Heilung zu rechnen ist, wird der Meniskus genäht. Diese Naht muss dann durch eine mehrwöchige postoperative Entlastungsphase geschont werden. Allerdings sind nur etwa 10 % aller Meniskusrisse nahtfähig.

In etwa 90 % der Meniskusrisse ist der Riss nicht nahtfähig. Dann muss der geschädigte Meniskus entfernt werden. Dies geschieht so sparsam wie möglich, um das verbliebene Meniskusrestgewebe so groß wie möglich zu halten. Bei der Resektion erfolgt somit nur die Resektion des eingerissenen bzw. ausgefranzten Bezirkes, während in der Regel der Großteil des Meniskus belassen wird. Je mehr Meniskusgewebe entfernt werden muss, desto mehr Puffer fehlt dem Kniegelenk, und dies wiederum bedeutet ein höheres Risiko für das Auftreten eines späteren Kniegelenkverschleißes (Arthrose).

Wird Meniskusgewebe entfernt, ist die postoperative Nachbehandlungsphase im Gegensatz zur Meniskusnaht deutlich kürzer. Der Patient kann in der Regel rasch sein Kniegelenk wieder normal bewegen und belasten. Im Gegensatz dazu ist bei der Meniskusnaht eine längere Entlastungsphase und Einschränkung der Beugung notwendig.



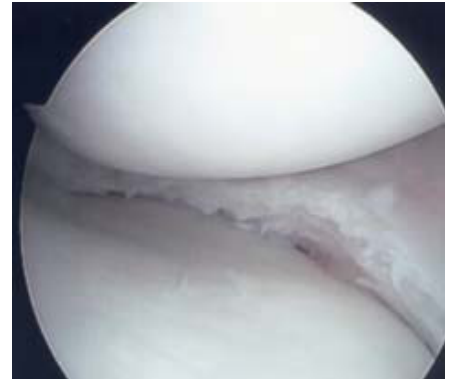
Bilder von der Kniegelenkspiegelung (Arthroskopie):



Meniskuseinriß



Teilentfernung des Meniskus



Nach Teilentfernung