

Wir in der Presse

Datum: 17.02.2022

Medium: tz

TZ-Ratgeber

DER TÄGLICHE **tz**-RATGEBER **heute: Gesundheit**

Sehnenriss in der Schulter

Ein Sehnenriss in der Schulter ist in vielen Fällen abnutzungsbedingt und eine sehr häufige Ursache für Schulterschmerzen. Was dann zu tun ist, erklärt der Münchner Orthopäde Privatdozent Dr. Stephan Lorenz.



Das Schultergelenk wird durch eine Vielzahl von Muskeln, Bändern und Sehnen stabilisiert, die bei hoher Belastung reißen können. Besonders wichtig ist ein Ring aus vier Muskeln (Rotatorenmanschette), die am Schulterblatt entspringen und mit ihren Sehnen am Kopf des Oberarmknochens ansetzen.

Schulterschmerzen gehen häufig von der Rotatorenmanschette aus. Im Bereich des Schultergelenks verläuft noch eine weitere Sehne: die lange Bizepssehne, die ebenfalls reißen kann.

Der Entscheidung für eine Operation geht eine gründliche Diagnostik und Anamnese voraus. Dabei spielen auch länger zurückliegende

Behandlungen eine Rolle. Zusätzlich führen wir eine genaue klinische Untersuchung u. a. mit bildgebenden Verfahren wie Ultraschall (Sonografie), digitales Röntgen oder Magnetresonanztomografie (MRT) durch.

Ein chirurgischer Eingriff ist zum Beispiel dann nötig, wenn Beschwerden ohne Besserung der

Symptome mehr als sechs bis acht Wochen andauern. Auch wenn der Arm nicht lange in abgespreizter Position gehalten werden kann, ist das ein klarer Hinweis, dass die gerissene Sehne ihre Funktion nicht mehr erfüllen kann.

Der Sehnenriss selbst lässt sich chirurgisch spannungsfrei verschließen, wenn er klein ist, die Sehne sich nicht weit zurückgezogen hat und die Muskulatur hinter der Sehne noch nicht stark

zurückgebildet ist. Eine Ruhigstellung der Schulter nach dem Eingriff sollte für vier bis sechs Wochen erfolgen. In den ersten sechs Wochen darf der Arm nur passiv bewegt werden. Ziel ist es natürlich, so schnell wie möglich die Kraft und Beweglichkeit der Schulter wiederherzustellen: Das kann durch Physiotherapie gefördert werden. Schnelle Bewegungen oder unnötige Anspannung der betroffenen Sehne sind zunächst zu vermeiden. Bitte beachten Sie dazu den individuell für Sie erstellten Behandlungsplan. In den meisten Fällen ist die Schulter nach einer Weile wieder voll funktionsfähig. Sollte die Sehne sich sehr stark zurückgezogen oder an Stabilität eingebüßt haben, kann eine Gelenkprothese erforderlich werden, um die Wiederherstellung der Schulterfunktion zu erreichen.

dop/Foto: Schmidt/Shutterstock



PD Dr. Stephan Lorenz
Chefarzt Sportorthopädie
Artemed Klinikum
München-Süd



**ARTEMED KLINIKUM
MÜNCHEN SÜD**