

➔ NEUES AUS DER SPORTMEDIZIN

Impingementsyndrom der Schulter

Wussten Sie schon....

...dass der Schulterschmerz beim „Impingement-Syndrom“ durch eine Kompression der Weichteile unter dem Schulterdach hervorgerufen wird ?

Was klemmt sich hierbei nun ein und was löst den schmerzhaften Kontakt aus?

In der Hauptsache führt ein Riss der Rotatorenmanschette zu einem Höherentreten des Oberarmkopfes und damit zu einer Verkleinerung des Raumes unter dem Schulterdach. Aber auch eine chronische Entzündung und Schwellung der Schultersehnen, des Schleimbeutels und v.a. auch Kalkablagerungen sind Ursache für das Engpass-Syndrom. Die Patienten haben Schmerzen beim Armheben und allen Überkopftätigkeiten wie z.B. Gardinenaufhängen und Fensterputzen. Für die Sportler wird Tennis und Golfspielen aber auch Schwimmen zur Unmöglichkeit. Besonders quälend ist der nächtliche Schmerz, der allen Betroffenen den Schlaf raubt. Verschiedene Tests aber insbesondere die Sonographie und die Kernspinnuntersuchung der Schulter zeigen die genaue Ursache. Während beim Riss der Rotatorenmanschette eigentlich nur die Operation sinnvoll ist, steht bei allen anderen Ursachen die konservative Behandlung im Vordergrund. Diese zielt darauf ab, den Raum unter dem Schulterdach zu erweitern, was v.a. durch ein Training der Schulterblattmuskeln erreicht werden kann, weil diese den Oberarmkopf in das Gelenk zentrieren. Anfangs lässt sich in der Behandlung oft noch keine Krankengymnastik durchführen, weil die Schmerzen und Entzündung in der Schulter noch im Vordergrund stehen. Neben den bekannten antientzündlichen Maßnahmen ist neuerdings auch die sog. „Fokussierte Stoßwellentherapie“ eine sinnvolle und nützliche Behandlungsmöglichkeit.

Neuere Untersuchungen zeigen für die Stoßwellentherapie bei entsprechender Indikation den gleichen positiven Effekt wie eine Schulter-Operation.

Somit gilt: Beim Impingement-Syndrom der Schulter nicht warten, sondern zügig behandeln.

Ihr Dr. med. Reinhard Wittke



Kurpromenade 2 | 95448 Bayreuth

Tel.: 0921-50 73 74 444 | Fax: 0921-50 73 74 175

E-Mail: kontakt@sportmedizin-wittke.de | www.sportmedizin-wittke.de