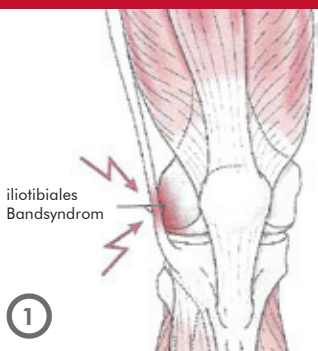


# ➤ NEUES AUS DER SPORTMEDIZIN



## Wussten Sie schon...

**... dass ein sog. Tractus-Scheuer-Syndrom (TSS) die Ursache für Knieschmerzen an der Gelenkaußenseite sein kann?**

In der Praxis wird dieses Schmerzbild häufig bei Läufern und Radfahrern gefunden. Bis zu 20% aller Läufer in den USA leiden an einem TSS oder auch „**Runners leg**“. Aber auch Fußballer und Basketballspieler klagen nicht selten Beschwerden, die sich in der Folge einer Überlastung zwischen dem äußeren Oberschenkelknochen und der Iliotibialsehne entwickeln. Bei der repetitiven Beugung und Streckung des Kniegelenks kommt es zu einer verstärkten Reibung des Tractus an dem Femurkondylus. **(Bild 1)** Voraussetzung für das Auftreten eines TSS ist eine O-Beinstellung des Knies, eine instabile Beinachse bei muskulärer Ermüdung, eine Beinlängendifferenz und vor allem eine Hyperpronation im Sprunggelenk.

Der maximale Schmerzpunkt findet sich regelmäßig etwas oberhalb des Gelenkspalts an der Außenseite des betroffenen Knies. An dieser Stelle lässt sich im Ultraschall oft etwas Flüssigkeit unter dem Tractus finden, als Ausdruck einer entzündlichen Reaktion des darunterliegenden Schleimbeutels.

Die Behandlung beginnt mit einer Reduktion der sportlichen Aktivität und anti-entzündlichen Maßnahmen. Dazu gehört die Eisanwendung, die Applikation von Diclophenac-Pflastern und bei starken Beschwerden die Injektion von Lokalanästhetika in Kombination mit Lipotalon **(Bild 2)**. Unterstützend kann Traumeel und Wobenzym eingenommen werden. Patientenspezifische Defizite wie eine Achsfehlstellung des Knies oder eine Beinlängendifferenz, sowie eine Hyperpronation müssen durch Einlagen korrigiert werden. Muskuläre Instabilitäten und Dysbalancen sind durch ein KG-Programm zu beseitigen.

Der Einsatz der **extrakorporalen Stoßwellentherapie (ESWT)** in der Behandlung des TSS ermöglicht eine Zeit- und Ergebnisoptimierung. Das sonographisch definierte Behandlungsareal wird zunächst mit der focussierten ESWT in der patientenorientierten Toleranzgrenze therapiert und nachfolgend der verkürzte und verhärtete Tractus aufgedehnt. In der Regel sind 3-4 Behandlungen erforderlich, um eine weitgehende Schmerzfreiheit und sportliche Belastbarkeit zu erreichen.

➤ **Deshalb gilt: Beim unbehandelten TSS reduziert sich nicht der Schmerz – sondern die sportliche Leistung!**

Ihr Dr. Reinhard Wittke

Kurpromenade 2  
95448 Bayreuth

Telefon: 0921 - 51 54 71

E-Mail: [kontakt@sportmedizin-wittke.de](mailto:kontakt@sportmedizin-wittke.de)

[www.sportmedizin-wittke.de](http://www.sportmedizin-wittke.de)

