

# Lästige „Überbeine“ lassen sich narbenarm entfernen

**GANGLIONZYSTEN** Nicht alle „Knubbel“ müssen operiert werden

Sind Ganglionzysten schmerzhaft oder störend, können sie behandelt oder operativ entfernt werden.

Ganglionzysten, der Volksmund nennt sie „Überbeine“, sind blasenähnliche, knochenharte Strukturen, die aus Sehnscheiden oder Gelenkkapseln herrühren. Ihre Größe variiert zwischen Erbse und Walnuss, und sie lassen sich unter der Haut meistens sehr gut erkennen und fühlen. Manchmal ist ein solcher „Knubbel“ an der Hand oder am Finger nicht schmerzhaft sondern nur störend, oder er wird vom Patienten als hässlich empfunden.

## Schnitte können oft in Hautfalten verschwinden

Besonders am Handgelenk kann ein Ganglion jedoch zu Bewegungsstörung und Schmerzen führen. Dann ist zunächst eine Punktion und Absaugung angezeigt. Oft reicht diese Behandlung aus.

Erst wenn eine solche einfache Maßnahme nicht zur dauerhaften Beseitigung und Schmerzfreiheit führt, wird das Ganglion operativ entfernt. Die Operation erfolgt nahezu immer in örtlicher Betäubung. Die für den Eingriff nötigen kleinen Schnitte können sehr gut in Hautfalten gelegt werden, so dass die Narben später vom Laien nicht zu sehen sind. Nach der Operation tragen die Patienten für einige Tage einen Verband.

Nach Entfernung eines Ganglions am Handgelenk können einige Wochen vergehen, bis dieses wieder gut beweglich und belastbar ist. Die Entfernung eines Fingerganglions führt zu kaum einer Einschränkung.

Ein besonderes Ganglion ist die Schleimzyste nahe dem Fingernagel. Es sieht aus wie eine weißliche Blase und verursacht oft eine Längsrille im Fingernagel durch Druck auf die Nagelwurzel. Damit eine radikale Entfernung gewährleistet ist, wird die Zyste komplett mit der Haut ausgeschnitten, und der kleine Defekt mit einem Hauttrans-

plantat verschlossen.

## Bei Gelenkschmerzen ist ein größerer Eingriff nötig

Es gibt allerdings auch Ganglionzysten, die in Handwurzelknochen einwandern und hier erhebliche Gelenkschmerzen hervorrufen können, z.B. beim Aufstützen und sonstigen Belastungen. Um diese Zysten zu erkennen, ist eine Röntgenuntersuchung erforderlich. Sind die im Knochen (meistens ist der Mondbeinknochen betroffen) gelegenen Zysten eindeutig Ursache von Schmerzen, ist die operative Entfernung angezeigt. Nach Entfernung größerer Zysten verbleibt ein Hohlraum, der mit körpereigenem Knochen aufgefüllt wird (Knochentransplantation), um eine Ausheilung und volle Belastbarkeit zu gewährleisten.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass nicht jede Ganglionzyste einer Behandlung bedarf. Der erste Schritt ist in der Regel nicht die Operation, sondern zunächst die Beratung und eventuell die Punktion durch einen Handchirurgen. Wird eine Opera-

tion unumgänglich, ist es wichtig, dass der erforderliche Schnitt klein und die nachfolgende Narbe am Handgelenk möglichst fast unsichtbar bleibt. Auffällige Narben am Handgelenk, besonders im Bereich der Pulsader, können aus verschiedenen Gründen sehr unangenehm sein. Deshalb führen wir in geeigneten Fällen die Ganglion-Entfernung auch endoskopisch (arthroskopisch) durch.

ANSPRECHPARTNER:

**Dr. Mike Rüttermann \***

Aesthetik Team und HPC Oldenburg

BILD: FELIX WENZEL



\* Dr. Mike Rüttermann ist als Plastischer Chirurg in der Universitätsklinik Groningen tätig. Seit Juli 2013 gehört er zum Aesthetik Team und zur HPC Oldenburg. Studium und Facharztausbildung erfolgten in Deutschland, USA und Südafrika. Vor seiner Tätigkeit in den Niederlanden war Dr. Mike Rüttermann als leitender Oberarzt und Chefarztstellvertreter im Knappschaftskrankenhaus „Bergmannsheil Buer“ in Gelsenkirchen tätig. Mitgliedschaften bestehen in diversen international anerkannten Fachvereinigungen, darunter Deutsche Gesellschaft der Plastischen, Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgen (DGPRÄC), Nederlandse Vereniging voor Plastische Chirurgie (NVPC) und Rhinoplasty Society of Europe.