

Arthrose an der Hand und in den Fingern

HANDCHIRURGIE Verschiedene Maßnahmen können die Beschwerden lindern

VON DR. MIKE RÜTTERMANN

Die Deutsche Gesellschaft für Handchirurgie hat den 1. März zum „Tag der Hand“ ausgerufen. Er findet seit 2018 jährlich als Aktionstag statt. Das diesjährige Schwerpunktthema „Arthrose“ betrifft sehr viele Hand-Patienten, denn sie stellt die häufigste Gelenkerkrankung überhaupt dar.

Typische Symptome bei Arthrose der Hände und Finger sind belastungsabhängige Schmerzen. Der Knorpel als Gleitschicht ist verschlissen. Gelenke werden steif und verformen sich im Laufe der Zeit, manchmal „knirschen“ sie. In der Regel sind verschiedene Gelenke betroffen. Oft verursachen nur einzelne Gelenke des Handgelenks oder in bestimmten Fingern starke Schmerzen. Funktionieren alltägliche Handlungen wie Essen, Schreiben oder mit dem Schlüssel

eine zu Tür öffnen nicht mehr, so beeinträchtigt das den Alltag enorm. Bei langfristig bestehenden Beschwerden, wenn konservative Maßnahmen nicht mehr helfen, können handchirurgische Eingriffe Schmerzen an Händen und Fingern lindern und die Gebrauchsfähigkeit der Hand verbessern.

Krankheitsverlauf nur bedingt beeinflussbar

Arthrosen entstehen aufgrund einer „Abnutzung“ der Gelenke. Eine erbliche Komponente spielt ebenfalls eine Rolle. Es können einzelne Fingergelenke oder mehrere Gelenke, auch an Handwurzel und Handgelenk, betroffen sein (Polyarthrose). An den Grundgelenken der Finger gibt es selten eine frühzeitige Arthrose, hier kommt es oftmals nach Unfällen oder bei Rheuma zu Be-

schwerden. Den meisten Arthroseformen an der Hand kann nicht vorgebeugt werden, und sie lassen sich in ihrem Verlauf nicht wesentlich beeinflussen. Letzteres ist nur möglich, wenn eine bestimmte Ursache vorliegt, beispielsweise Gicht, eine rheumatische Erkrankung oder auch Schuppenflechte.

Belastung reduzieren

Auch eine Heilung der Arthrose ist nicht möglich, aber verschiedene Maßnahmen können die Beschwerden lindern und Verschlimmerung aufhalten. Hierzu gehören entzündungshemmende Schmerzmittel, Physikalische Therapie mit Muskeldehnungen und Fingerübungen oder auch Bandagen oder Schienen, um bei der Arbeit die Belastung zu reduzieren oder über Nacht Ruhe zu verschaffen. Für die Arbeit

am Computer gibt es Hilfsmittel wie Auflagekissen oder spezielle Tastaturen, die die Belastung reduzieren. Besonders belastende Tätigkeiten, wie das Auswringen von Putzlapen oder Gartenarbeiten, sollten vermieden werden.

Künstliche Gelenke

Sind der Schmerz oder die Funktionsstörung der Hand weit fortgeschritten, kann zur Linderung eine Operation angezeigt sein. Je nach Situation und Gelenk gibt es verschiedene, individuelle Operationstechniken, um die Finger, beziehungsweise Hände, wieder funktionstüchtig zu machen. Fingerendgelenke können ohne wesentliche Funktionseinschränkungen der Hand versteift werden (Arthrodese). Alternativ kann man hier jedoch auch Silikonprothesen einsetzen, um etwas Restbeweglich-

keit zu erhalten.

Am Daumensattelgelenk lässt sich der störende kleine Handwurzelknochen mittels minimal invasiver Technik entfernen. Für die Grundgelenke und Mittelgelenke der Finger können ebenfalls künstliche Gelenke aus Silikon genutzt werden. Als Gelenkersatz kommen hier echte Prothesen sowie Platzhalter zwischen den Fingerknochen zum Einsatz. Je nach Finger und Patient gibt es dafür verschiedene Größen. Wesentlich für die Abwägung der geeigneten OP-Methode sind das Maß der Beschwerden, das Ausmaß der Funktionsstörung und die Stabilitätsanforderungen für die betroffenen Finger. Voraussetzung für das Einbringen einer Silikon-Prothese ist außerdem, dass degenerative oder entzündliche rheumatische Prozesse noch nicht weit fortgeschritten, also die im Bereich des Gelenks ver-



Dr. Mike Rüttermann
Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie sowie Handchirurgie

BILD: VOLKER KUNKEL

laufenden Seitenbänder und Sehnen noch gut funktionstüchtig sind.

Einbringen von Implantaten

Silikon-Implantate können ambulant unter örtlicher Betäubung, in Plexusanästhesie oder kurzer Narkose in die Finger eingesetzt werden. Dies ist auch an mehreren Fingern gleichzeitig möglich.