

Spritzen gegen Knieschmerzen oft wirkungslos

Faktencheck Gesundheit der Bertelsmann Stiftung: Nutzen der Behandlungen gering, Risiken verkannt – auch bei Spiegelungen

ANSPRECHPARTNER



Claudia Haschke

Spritzen und Spiegelungen bei Kniearthrose sind häufig wirkungslos und bergen darüber hinaus unerkannte Risiken. Dies belegt eine Studie der Bertelsmann Stiftung, deren Ergebnisse heute veröffentlicht wurden. Danach zeigen gängige Therapiemaßnahmen bei Kniearthrose kaum Wirkung. Für den "Faktencheck Gesundheit" der Bertelsmann Stiftung hat das Harding Zentrum für Risikokompetenz am Max-Planck-Institut in Berlin aktuelle Literatur analysiert. Das Fazit: Gelenkspiegelungen, Hyaluron- und Kortikoid-Injektionen zeigen nur einen sehr begrenzten Nutzen. Risiken, die mit den Eingriffen verbunden sind, sind dagegen oft unzureichend erforscht.

"Es ist immer wieder erstaunlich, dass die Faktenlage bei häufig eingesetzten Behandlungen recht dünn ist. Doch die Patienten werden selten darüber aufgeklärt", sagt Prof. Gerd Gigerenzer, Direktor des Harding Zentrums. Arthrose ist die weltweit am meisten verbreitete Gelenkerkrankung. Mit zunehmendem Alter verschlimmern sich die Beschwerden wie etwa anhaltende Schmerzen und geringere Bewegungsfähigkeit. In Deutschland sind etwa jeder dritte Mann und jede zweite Frau über 60 Jahre betroffen, häufig leiden sie an Knie-Arthrose. Die Patienten versprechen sich von der Therapie, dass sie den oft schmerzhaften und beeinträchtigenden Verlauf positiv beeinflusst. "Spritzen und Spiegelungen sind auf längere Sicht häufig wirkungslos. Ihr Nutzen wird allzu oft überschätzt und die verbundenen Risiken, wie etwa Entzündungen oder Schwellungen ausgeblendet", so Gigerenzer.

Nach Einschätzung des Harding Zentrums sind insbesondere Hyaluron-Injektionen kritisch zu bewerten. Die Behandlung führe zwar gelegentlich zu geringfügigen Schmerzlinderungen und mehr Beweglichkeit. Allerdings seien die Besserungen nach wenigen Monaten oft nicht mehr nachweisbar. Kortikoid-Injektionen stellen laut "Faktencheck Gesundheit" keine Alternative dar: Sie

können Schmerzen nur kurzfristig lindern. Beide Behandlungen müssen von den Patienten in der Regel selbst bezahlt werden. Die gesetzlichen Krankenkassen erstatten die Kosten nicht. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass die Wirkung bereits nach vier Wochen verpufft. Darüber hinaus rufen Injektionen nicht selten Nebenwirkungen wie gerötete Haut, Schwellungen und auch Gelenkentzündungen hervor. Wer auf eine Gelenkspiegelung (Arthroskopie) setzt, ist laut Studienergebnis nicht besser beraten: Viele Patienten können nach der Operation im Vergleich zu Nicht-Operierten weder besser gehen, noch haben ihre Schmerzen nachgelassen.

"Patient und Arzt sollten zunächst alle konservativen Maßnahmen ausschöpfen. Dazu zählen Gewichtsreduktion, gelenkschonende Aktivitäten, Physio-, Ergo- und physikalische Therapie. Sie erfordern zwar mehr Eigenverantwortung. Doch richtig eingesetzt, helfen sie oft nachhaltiger", so Eckhard Volbracht, Projekt Manager "Faktencheck Knieoperation" bei der Bertelsmann Stiftung.

Betroffene können sich ab heute auf der Website "Faktencheck Knieoperation" konkrete Entscheidungshilfen für einzelne Therapiemaßnahmen ansehen. Die so genannten Faktenboxen geben den aktuellen Stand der Wissenschaft über den Nutzen und die Risiken einer Therapie wieder – und zeigen auch dünne Faktenlagen schonungslos auf. Der Arzt und Comedian Eckart von Hirschhausen erläutert zudem in zwei Videos, worauf sie bei Knieoperationen und der Behandlung von Arthrose achten sollten.

Hyaluron-Injektionen

Zur Behandlung von Schmerzen und Symptomen bei Kniearthrose wird Hyaluronsäure direkt in das betroffene Gelenk gespritzt. Hyaluronsäure ist normalerweise von Natur aus in der Gelenkflüssigkeit vorhanden. Menschen mit Arthrose haben eine niedrigere Konzentration von Hyaluronsäure in ihrem Gelenk als Menschen ohne Arthrose.

Kortikoid-Injektionen

Bei einer Kortikoid-Injektion werden entzündungshemmende Substanzen, so genannte Steroide, direkt in das betroffene Gelenk gespritzt.

Links

[Faktencheck Knieoperation](#)

Projekte

[Faktencheck Gesundheit](#)