

# hüft- und knie- endoprothetik.

Wieder mobil dank Gelenkersatz



Informationen für PatientInnen

## Wenn „nichts mehr geht“

---

In einem gesunden Gelenk fungiert der Knorpel als eine Art Gleitfläche, die Bewegungen schmerzfrei ermöglicht und das Körpergewicht abfedert. Treten Schädigungen oder gar Auflösungserscheinungen am Knorpel auf, kommt es zu meist schmerzhaften Entzündungen. Im fortgeschrittenen Stadium eines Knorpelabriebs stoßen die Knochen „ungefedert“ aneinander. In schweren Fällen kann dies zu Knochenzysten, knöchernen Auswüchsen und Gelenkversteifungen führen. Wenn die Lebensqualität derartig eingeschränkt und jede Bewegung mit Schmerz verbunden ist, rücken operative Therapien, wie der Einsatz von Endoprothesen, in den Behandlungsfokus. Es handelt sich dabei um Implantate, die im Körper verbleiben und das geschädigte Körperteil teilweise oder vollständig ersetzen.

Bei ortho sport haben wir uns auf die Endoprothetik von Hüft- und Kniegelenken spezialisiert und betreuen Sie von der eingehenden Diagnostik über den operativen Eingriff bis zur therapeutischen Nachsorge mit vollumfänglichen Leistungen. Unser Ziel ist, Ihre Lebensqualität und Ihre Beweglichkeit so optimal wie möglich wiederherzustellen. Wir verbinden dafür langjährige Erfahrung in der konservativen und operativen Therapie mit dem Anspruch einer stets auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten Behandlung.



## Moderne Diagnose, intensiver Dialog

---

Der operative Eingriff zum (Teil-)Gelenkersatz von Hüft oder Kniegelenk ist in der Regel eine elektive Operation, die zu einem Zeitpunkt Ihrer Wahl möglich ist. Als PatientIn treffen Sie diese Entscheidung gemeinsam mit Ihrem behandelnden Facharzt bei ortho sport.

Zwei Faktoren sind dabei maßgeblich:

1. eine sorgfältige Diagnose und
2. Ihr persönlicher Leidensdruck.

Im Rahmen der Diagnostik stehen unseren SpezialistInnen nach eingehender Anamnese und sorgfältiger klinischer Untersuchung bildgebende Verfahren wie Röntgen und MRT vor Ort zur Verfügung. Durch den langjährigen Fokus auf die Hüft- und Knieendoprothetik verfügen wir über einen großen Erfahrungswert bei der Begutachtung der dadurch gewonnenen Bilder. Ergänzend dazu betrachten wir etwaige Begleiterkrankungen und deren Wechselwirkungen. Dazu gehören insbesondere Erkrankungen, die sich auf den Knochen- und Muskelstoffwechsel auswirken (z. B. Diabetes).

Im gemeinsamen Gespräch bringen wir in Erfahrung, wie groß Ihr Bedürfnis und Leidensdruck sind, einen operativen Eingriff durchführen zu lassen. Auf diese Weise können wir Sie auf Ihrem Weg als persönliche AnsprechpartnerInnen begleiten – vom ersten Austausch bis zur Nachsorge.

## Erst konservativ, dann operativ

---

Konservative, also nicht-operative Therapien, stehen Ihnen bei uns als erste therapeutische Maßnahmen in Form von Heilmitteln (Bandagen, Einlagen), Physiotherapie oder medikamentöser Therapie zur Verfügung. Ergänzend können Sie mit ausreichender sportlicher Bewegung, wie etwa Radfahren, Walken oder Schwimmen, gegen eine fortschreitende Immobilität ansteuern. Entscheidend ist dabei auch das eigene Körpergewicht. Denn jedes Kilo „zu viel“, das bewegt werden will, muss auch von den Gelenken mitgetragen werden.

Bringen diese Maßnahmen nur noch eine kurzfristige oder keine Verbesserung Ihres Beschwerdebilds mehr, sind wir auch Ihre kompetente Adresse für die Versorgung mit einer Endoprothese.

Über 200.000 Hüft- und rund 150.000 Knieersteingriffe werden jährlich in Deutschland vorgenommen. Die Mehrheit der PatientInnen ist 70 Jahre und älter (Quelle: Weißbuch Gelenkersatz, Springer, 2017). Das operative Verfahren ist aufgrund seiner hohen Standardisierung und modernster endoprothetischer Materialien jedoch auch für wesentlich jüngere Menschen attraktiv.

Als spezialisierte FachärztInnen und erfahrene Operateure können wir Sie in unserem ambulanten OP-Zentrum und im Rahmen unserer kooperationsärztlichen Tätigkeit am Regiomed Klinikum Neustadt bei Coburg von A bis Z betreuen. Wir koordinieren Ihre Therapie inklusive Eingriff vollständig für Sie. Unsere Leistungen umfassen:

- ✓ operative Eingriffe bei Verschleiß der Hüft- und Kniegelenke
- ✓ (Teil-)Gelenkersatz und Wechseloperationen (diese werden mehrheitlich verschleißbedingt notwendig)



## In kompetenten Händen

Im Rahmen unserer kooperationsärztlichen Tätigkeit am Regiomed Klinikum Neustadt bei Coburg betreuen wir Ihre endoprothetische Versorgung an Knie oder Hüfte mit Erfahrung und fachlicher Expertise. Jährlich nehmen wir dort mehrere hundert endoprothetische Eingriffe vor.

### Darauf können Sie sich verlassen:

- ✓ **Endoprothetische Spezialisierung:** Das Klinikum Neustadt ist spezialisiert auf elektive orthopädische Chirurgie und legt seit Jahrzehnten einen Fokus auf die Implantation von Endoprothesen.
- ✓ **Hochleistungsimplantate:** Wir verwenden bei unseren Eingriffen hochmoderne Implantate des US-Herstellers Zimmer Biomet, die in Deutschland gefertigt werden. Bei Bedarf halten wir Spezialprothesen mit Titan-Niob-Nitrid-Beschichtungen (als Allergieschutz) sowie Spezialprothesen des Herstellers Smith & Nephew bereit.
- ✓ **Fachübergreifende Schmerztherapie:** Unsere PatientInnen werden zur postoperativen Schmerztherapie mit Schmerzkathetern versorgt. Unsere Operateure arbeiten eng mit den fachärztlichen KollegInnen aus der Anästhesie zusammen, um eine bestmögliche schmerztherapeutische Versorgung zu gewährleisten.
- ✓ **Alle Leistungen aus einer Hand:** Als PatientIn genießen Sie den Vorteil einer nahtlosen Betreuung vom Erstgespräch in der Praxis über den Eingriff im Klinikum bis zur postoperativen Nachsorge. Gemeinsam mit Ihnen besprechen und planen wir jeden Schritt auf Ihrem Weg aus dem Schmerz und unterstützen Sie im Netzwerk mit den beteiligten ExpertInnen mit einem hohen Maß an fachlicher Erfahrung für ein bestmögliches Therapieergebnis.

# Wie schnell komme ich wieder auf die Beine?

---

- ✓ **1. Woche nach der OP:** stationärer Aufenthalt, das Gelenk ist üblicherweise gleich voll belastbar
  - Fokus: Schmerztherapie, Wundheilung, Remobilisierung
- ✓ **Im Anschluss:** auf Wunsch Direktverlegung in eine Reha-Einrichtung, bei häuslicher Versorgung Beginn der ambulanten Reha bzw. Physiotherapie
- ✓ **3-6 Monate nach dem Eingriff:** individuell andauernde Einheilungsphase der Prothese mit Remodelling (Knochenregeneration) und Muskelaufbau
  - Fokus Knie: Wiedererlangung der Beweglichkeit
  - Fokus Hüfte: Ausrenkungsrisiko (Luxation) in den ersten 3 Monaten minimieren (Innenrotation, tiefe Beugung, Beineüberschlagen vermeiden), langsames Herantasten an die wiederzuerlangende Beweglichkeit



# Ab wann kann ich wieder aktiv sein?

<b>Arbeitsleben:</b>	je nach individuellem Heilungsverlauf nach 4-12 Wochen
<b>Autofahren:</b>	je nach Fahrzeugtyp: nach ca. 4-6 Wochen
<b>Bewegungs-limitierung:</b>	in den ersten 6 Wochen nach der OP: <b>Hüfte:</b> Beugung um max. 90 Grad, kein Beineüberschlagen, keine übermäßige Rotation (insbesondere Innendrehung des Beins), bevorzugt gestrecktes Bücken <b>Knie:</b> keine Limitierung, durch postoperative Schwellung eingeschränkte Beweglichkeit, Ziel nach 4 Wochen: 100° Beugung, volle Streckung
<b>Intimleben:</b>	in den ersten 6 Wochen nach einem Hüft-Eingriff sollten Stellungen mit gebeugten und insbesondere gedrehten Oberschenkeln vermieden werden. Bis zu 12 Wochen nach der OP: Hüftbeugungen über 90 Grad und eine extreme Drehung des Oberschenkels vermeiden. Sprechen Sie uns gerne bei weiteren Fragen an.
<b>Saunieren:</b>	pausieren, bis die Schwellneigung verschwunden und die Wundheilung abgeschlossen ist
<b>Sport:</b>	gemäß den Richtlinien des deutschen Sportärztebundes Rückkehr zu hüft- und kniefreundlichen Sportarten 6 Monate nach der OP: Radfahren, Wandern, leichtes Joggen, Schwimmen (beim Brustschwimmen abspreizende Bewegungen vermeiden), Golf. Bei guter Technikbeherrschung: leichtes Tennis, umsichtiges alpines Skifahren. Grundsätzlich sollten Sie nach der OP nur Sportarten betreiben, die Sie bereits routiniert beherrschen. <b>Generell nicht empfehlenswert:</b> Squash, Kampf- und Mannschaftssportarten wie Fußball, Basketball oder Handball

# Wir sind für Sie da.

Als Ihre FachärztInnen für Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin betreuen wir Sie mit Erfahrung, Sachkenntnis und Fingerspitzengefühl. Um ein möglichst optimales Therapieergebnis für Sie zu erreichen, setzen wir auf eine individuelle Behandlung, seriöse Therapie- und Eingriffsverfahren sowie moderne und nachweislich zuverlässige Implantate. Als überregionale Gemeinschaftspraxis und kooperationsärztlicher Partner des Regiomed Klinikums Neustadt betreuen wir Sie mit unserem Expertennetzwerk vollumfänglich aus einer Hand.

Weitere relevante Informationen finden Sie in diesen Broschüren - erhältlich in allen ortho sport-Praxen oder zum Download unter [www.orthopaeden-coburg.de](http://www.orthopaeden-coburg.de):

- ✓ **Arthrose**
- ✓ **Plättchenreiches Plasma (PRP)/Autologes Conditioniertes Plasma (ACP)**
- ✓ **Magnetresonanztomographie (MRT)**
- ✓ **Spezialisierte operative Versorgung**



# ortho sport

orthopädie. unfallchirurgie. sportmedizin.

## überregionale gemeinschaftspraxis

dr. med. dirk rothhaupt  
dr. med. lutz schweißinger  
thomas wagner  
dr. med. brigitta bär-rothhaupt  
anke schrecker  
dr. med. linda mergner, mhba  
dr. med. robert hammer  
dr. med. jens stüber

## coburg zentrum | op-zentrum

Ketschengasse 22 - 24  
96450 Coburg

## stadthaus

Ketschengasse 25  
96450 Coburg

## kronach zentrum

Rosenau 9 a  
96317 Kronach

## neustadt zentrum

Seilersgründchen 8  
96465 Neustadt bei Coburg

## zentraler kontakt

Tel. 0 95 61 - 23 34-0  
Fax 0 95 61 - 23 34-29  
info@orthopaeden-coburg.de  
www.orthopaeden-coburg.de

