



Verletzungen nach dem Wintersport

Facharzt für Unfallchirurgie und Sporttraumatologie, Sportordination Wien und Confraternität Wien

? Muss ein Kreuzbandriss sofort operiert werden?

Prinzipiell nein – die Studienlage schwankt zwischen innerhalb von zwei bis zehn Tagen. Zuerst muss abgeklärt werden, wie viel Sport jemand macht und welchen – wer vor allem am Rad trainiert oder kaum Sport betreibt, kann es einmal ohne Operation versuchen, da ist aber die konsequente Physiotherapie ganz entscheidend. Wenn man sehr sportlich ist, sollte das Kreuzband auf alle Fälle operiert werden – doch hier hat man einen gewissen zeitlichen Spielraum. Der Vorteil der Operation am Urlaubsort liegt darin, dass die Sache erledigt ist und die Krankenhäuser in den Skigebieten meist eine sehr hohe Kompetenz haben. Der Nachteil ist, dass die Nachbehandlung dann meist ohne Kontrolle des operierenden Arztes erfolgt – daher empfehle ich, wenn möglich, die Operation im Heimatkrankenhaus durch einen Arzt des Vertrauens durchführen zu lassen, der dann auch für die korrekte Nachbehandlung verantwortlich ist.

? Ich habe mir beim Snowboarden die Schulter luxiert („ausgerenkt“). Sie musste im Krankenhaus eingerichtet werden, aber es geht mir schon wieder recht gut. Muss ich das weiter abklären lassen?

Prinzipiell sollte das mittels Arthro-MRI, einem Kontrastmittel-MRI, abgeklärt werden. Sehr häufig ist bei einer Schulterluxation die vordere Gelenkklippe abgerissen, sodass eine hohe Gefahr besteht, dass die Schulter (dann oft bei

einer Minimal-Bewegung) wieder luxiert. Jede Luxation führt aber – neben den oft massiven Schmerzen – zu Knorpelzerstörungen und damit in weiterer Folge zur Arthrose. Daher müssen diese und andere Begleitverletzungen ausgeschlossen werden.

? Nach einer Verletzung des Kniegelenkes und anhaltenden Schmerzen hat eine MRT-Untersuchung gezeigt, dass ich mir den Innenmeniskus eingerissen habe. Mein Arzt hat mir die OP empfohlen – aber man liest immer wieder, dass eine Meniskus-Operation oft unnötig ist.

Man muss das sehr genau differenzieren. Der Meniskus ist ein wichtiger Stoßdämpfer und sollte niemals entfernt werden, wenn es keinen triftigen Grund gibt. Manche Risse sind sehr gutmütig (vor allem die Horizontal-Risse), die muss man nicht operieren. Ein kaputter Meniskus kann aber auch, wenn er nicht behandelt wird, zu nachfolgenden Knorpelschäden führen, vor allem bei Längs-, Radiär- und Lappenrissen. Handelt es sich um eine derartige Rissform, sollten Sie eine Arthroskopie (Kniegelenksspiegelung) durchführen lassen, damit der Meniskus entweder genäht, oder aber der kaputte Anteil entfernt werden kann. Leider sehe ich immer wieder Patienten, die erst Monate bis Jahre nach einer schweren Meniskusverletzung zu mir kommen. Bei der Operation zeigen sich dann leider sehr oft irreparable Gelenkszerstörungen, die sich bei einem frühen Eingriff vermeiden hätten lassen.