

# +++ Gesundheitsseite der WolfartKlinik München Gräfelfing +++

## Rotatorenmanschettenriss an der Schulter

### Moderne Therapie für Betroffene

**W**em plötzlich ganz normale Alltagstätigkeiten, wie das Tragen von Einkaufstaschen, das Anziehen der Jacke oder das Kämmen der Haare schwerfällt oder gar mit Schmerzen verbunden ist, leidet möglicherweise an einem Riss der Rotatorenmanschette. Die leidige Folge: Eine zum Teil große Einschränkung der Lebensqualität.

Wer besonders häufig betroffen ist und welche Therapiemöglichkeiten es dann gibt, erläutert Dr. Georg Öttl. Der Facharzt für Orthopädie und Sportmedizin vom ZFOS – Zentrum für Orthopädie & Sportmedizin in München ist Experte für arthroskopische Schulterchirurgie und operativer Belegarzt an der WolfartKlinik Gräfelfing.

#### Wie entsteht eigentlich eine Rotatorenmanschettenruptur?

Dr. Öttl: In der Schulter ist eine Gruppe von insgesamt vier Sehnen für die stabile Führung des Gelenks zuständig, die sogenannte Rotatorenmanschette. Sie legt sich wie eine Manschette um den Oberarmkopf. Durch die vom Schulterblatt bis zum Oberarmknochen verlaufenden Muskeln der Rotatorenmanschette können wir den Arm zur Seite und nach oben bewegen, ihn nach außen und innen drehen und ihn am Oberkörper stabilisieren. Im Laufe des Lebens kann es jedoch zu Verschleißerscheinungen kommen, oft auch lange Zeit unbemerkt. Im Extremfall entsteht ein Loch oder ein Abriss in den Sehnen. Grundsätzlich gibt es viele mögliche Ursachen für einen Rotatorenmanschettenriss, zum Beispiel auch ein Sturz oder ein Sportunfall. Manchmal reicht bereits schweres Heben für eine Ruptur aus.

#### Wer erleidet besonders häufig einen Rotatorenmanschettenriss?

Dr. Öttl: Tatsächlich sehe ich in meiner Praxis die wenigsten

Rotatorenmanschettenrisse bei jüngeren Patienten infolge eines Unfalls. Zum größten Teil behandle ich degenerativ bedingte Rotatorenmanschettenrisse im fortgeschrittenen Alter. Das bedeutet: Die Sehnen sind bereits aufgrund von Verschleißprozessen vorgeschädigt. Sie haben dadurch an Qualität verloren. Dann reicht oft bereits ein Bagatellsturz oder eine ungeschickte Alltagsbewegung aus, um die vorgeschädigte Sehne endgültig zu verletzen.

#### Welche Symptome bemerken Betroffene dann?

Dr. Öttl: In der Regel klagen Patienten über ziehende oder stechende Schmerzen im Schulterbereich und am seitlichen Oberarm. Diese können bis in den Nacken oder in die Hand ausstrahlen. In der Nacht verstärken sich die Beschwerden oft noch. Das Liegen auf dem Arm ist kaum mehr möglich. Nach einer Ruptur ist außerdem die Armbeweglichkeit stark eingeschränkt. Patienten können den Arm dann insbesondere kaum mehr nach vorne oder zur Seite anheben. Wenn Betroffene dadurch „normale“ Tätigkeiten nicht mehr oder nur noch mühsam erledigen können und stattdessen automatisch in Schonhaltung gehen, bedeutet das für sie in der Folge natürlich auch eine starke Einschränkung des Alltags.

#### Wie stellen Sie als Arzt eine Rotatorenmanschettenruptur fest?

Dr. Öttl: Erste Hinweise erhalte ich durch den sogenannten Funktionstest. Hier prüfe ich zunächst die Beweglichkeit des betroffenen Armes nach vorne und zur Seite sowie die noch vorhandene Kraft der Schulter. Für eine sichere Diagnose sind häufig mehrere bildgebende Verfahren nötig. Mithilfe eines Röntgenbildes kann ich erkennen, ob die Rotatorenmanschette den Oberarmkopf noch stabil im Ge-

lenk führt. Im Ultraschall lassen sich etwa Risse des Muskel-Sehnen-Apparates gut darstellen sowie Veränderungen der Sehnen oder Ergüsse innerhalb des Schultergelenks. Ein MRT (Kernspintomographie) zeigt das Gelenk und die umgebenden Weichteile extrem hochauflösend und kann somit oft auch kleine Verletzungen sehr zuverlässig sichtbar machen.

#### Wie helfen Sie Ihren Patienten in diesem Fall?

Dr. Öttl: Für Betroffene wichtig zu wissen: Ein Rotatorenmanschettenriss heilt nicht von selbst aus! In den allermeisten Fällen ist ein operativer Eingriff nötig. Dieser sollte am besten frühzeitig durchgeführt werden. Denn andernfalls besteht die Gefahr, dass der Defekt zu groß wird, die abgerissenen Sehnenenden sich immer weiter zurückziehen und ein Muskelschwund entsteht. Sehr große oder chronische Defekte galten lange Zeit als nicht mehr reparabel. Ich arbeite am liebsten gelenkerhaltend und wende ausschließlich neueste OP-Methoden an. Damit kann ich in ausgewählten Fällen sogar „irreparable“ Defekte so operieren, dass die Schulter wieder schmerzfrei und funktionsfähig wird. Ziel der Operation ist es, den Sehnendefekt wieder zu verschließen. Ich führe dazu sehr häufig eine arthroskopische Naht der Rotatorenmanschette in der sogenannten „Schlüssellochtechnik“ durch. Die Vorteile dieser Methode für meine Patienten sind wenig Schmerzen, wenig Vernarbungen, eine bessere Beweglichkeit und eine erleichterte Rehabilitation. Nach der OP empfehle ich zunächst eine passive Bewegungstherapie unter krankengymnastischer Anleitung sowie Physiotherapie. Nach etwa sechs Wochen dürfen Betroffene die Schulter dann wieder aktiv bewegen.



**Dr. Georg Öttl**  
ist Facharzt für Orthopädie und Sportmedizin und auf die Versorgung von Erkrankungen sowie Verletzungen der Schulter spezialisiert.



#### Unser Angebot:

- Arthroskopische Naht der Rotatorenmanschette (minimalinvasiv) inkl. Revisionsoperationen
- Superiore Kapselrekonstruktion, Ballon Implantation, Muskeltransferoperationen bei irreparablen Sehnendefekten
- Subacromiale Dekompression bei Impingement (=Engpaß) Syndrom
- Resektion Schulterreckgelenk bei Arthrose
- Bizepssehnenprobleme (Pulley-Läsion, SLAP Läsion, Rupturen)
- Stabilisierung nach Auskuglung/bei Instabilität, arthroskopisch oder offen inkl. Revisionsoperationen
- Stabilisierung bei Schulterreckgelenksprengung (Rockwood, Tossy)
- Kalkentfernung
- Etc.

#### Kontakt:

**ZFOS – Zentrum für Orthopädie & Sportmedizin**  
Dres. med. Öttl, Kinateder, Wimmer,  
Mayer, Rummel, Hr. Bolay, Lueg\*, Mrosek\*  
\*angestellte FachärztInnen  
Nymphenburger Str. 110, D-80636 München  
Filiale Oberhaching:  
Im Loh 1, 82041 Oberhaching  
Telefon 0 89/1 29 20 33  
sekretariat@zfos.de | www.zfos.de

## WolfartKlinik

Waldstraße 7 · 82166 Gräfelfing  
Telefon 0 89/85 87-0 · www.wolfartklinik.de

#### WIR STELLEN EIN (w/m/d):

– OP- und Anästhesiepflegekräfte  
– Gesundheits- und Krankenpflegekräfte

#### BEWERBUNGEN AN:

bewerbung@wolfartklinik.de