

Das Engpass-Syndrom (Impingementsyndrom) und der Verschleiss des Schulterreckgelenkes (AC-Gelenks-Arthrose)

Schmerzen im Bereich der Schulter sind ein häufig auftretendes Symptom. Die Ursache liegt häufig nicht in den knöchernen Strukturen, sondern in den umgebenden Weichteilen. Oft liegt das Problem für die Schmerzen im Gleitraum zwischen knöchernem Schulterdach und dem Oberarmkopf. Durch unterschiedliche Ursachen kann es zu einer räumlichen Enge in diesem Bereich mit einer schmerzhaften Schleimbeutelentzündung kommen.

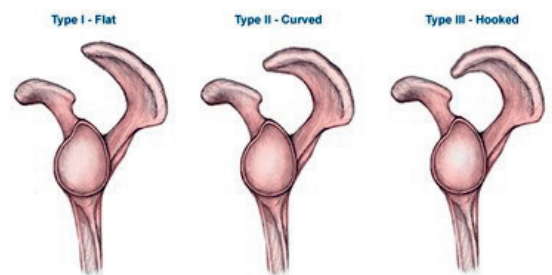
Bei starker körperlicher Belastung und häufigen Überkopparbeiten oder Sportarten mit Überkopfbelastung (Tennis, Badminton, Wurfsporarten) kann es zu einer schmerzhaften Schleimbeutelreizung unter dem Schulterdach kommen. Die Ursachen können in einer Schwächung bzw. Schädigung der Sehnenkappe (Rotatorenmanschette), Sehnenverkalkungen aber auch anatomischen Normvarianten der Knochenstruktur des Schulterdaches liegen.

Zudem ist das kleine Gelenk zwischen Schulterdach und äusserem Schlüsselbeinrand anfällig für frühzeitige Abnützungserscheinungen (AC-Gelenks-Arthrose), welche im Gegensatz zu den meisten anderen Gelenken schon in jüngerem Alter auftreten können.

Typischerweise treten Schmerzen beim seitlichen Anheben des Armes sowie beim Arbeiten über Kopf auf, da es bei diesen Bewegungen zu einer Art Einklemmen der Sehnenkappe und des Schleimbeutels kommt. Vielfach können auch nachts Beschwerden auftreten, so dass ein Liegen auf der betroffenen Schulter nicht schmerzfrei möglich ist.

Die Beschwerden sollten in der Anfangsphase immer mit einem konservativen (nicht-operativen) Therapiekonzept behandelt werden. Dazu gehören

körperliche Schonung mit Vermeidung der schmerzauslösenden Bewegungen, physiotherapeutische Maßnahmen, Einsatz entzündungshemmender Medikamente und Spritzen in den Gleitraum. Sollten die Beschwerden trotz Ausschöpfen dieser Maßnahmen nicht adäquat in den Griff zu bekommen sein und in einen «chronischen» Zustand übergehen, kann oft mit einer Gelenkspiegelung (Arthroskopie) der Schulter geholfen werden.



Schematische Darstellung verschiedener Acromiontypen