



## Die Schultersteife («frozen shoulder», Capsulitis adhäsiva)

---

Unter einer Schultersteife wird die entzündliche Erkrankung der Gelenkschleimhaut verstanden. Sie führt zu einer erheblichen Einschränkung des aktiven und passiven Bewegungsumfangs der Schulter. Prinzipiell gilt sie als eigenständiges Krankheitsbild, kann jedoch auch als Folge von Unfällen mit Brüchen oder Weichteilverletzungen im Schulterbereich oder als Folge einer Operation auftreten.

Die Ursachen für die Entwicklung einer Schultersteife sind häufig unbekannt. Betroffene Patienten leiden oftmals an Blutzucker- oder Schilddrüsenerkrankungen sowie Störungen des Fettstoffwechsels. Da Frauen eher betroffen sind als Männer und die Erkrankung vermehrt zwischen dem 45. und 55. Lebensjahr auftritt werden hormonelle Umstellungen («Wechseljahre») als Ursache vermutet. Im Krankheitsverlauf kommt es zu einer fortschreitenden Kapselschrumpfung, die zu einer schmerzhaften Bewegungseinschränkung führt.

Die primäre Erkrankungsform ist eine selbstlimitierende Erkrankung mit jahrelangen Verläufen, wobei drei typische Krankheitsphasen unterschieden werden:

- Starke Schmerzen auch nachts, mit beginnender und zunehmender Bewegungseinschränkung (**freezing phase**)
- Nachlassende Schmerzen mit erheblicher Bewegungseinschränkung (**frozen phase**)
- Nachlassende Bewegungseinschränkung bei Schmerzfreiheit (**thawing phase**)

Jede Phase dauert Monate, wobei die Übergänge fließend sind.