

Schulterreckgelenksverschleiß / ACG-Arthrose

Krankheitsbild und typische Beschwerden:

Das Schulterreckgelenk ist ein kleines Nebengelenk am Schultergürtel und besteht aus dem äußeren Ende des Schlüsselbeins (Clavicula) und dem sog. Schulterdach (Acromion). Im Röntgenbild zeigt sich mit zunehmendem Alter häufiger ein Verschleiß (Abb. 1 B), aber nicht alle Patienten haben auch Beschwerden. Diese äußern sich durch Schmerzen über dem Schulterreckgelenk, welches druckschmerzhaft ist. Die Schmerzen können typischerweise in den Nacken ausstrahlen und Beschwerden von Seiten der Halswirbelsäule vortäuschen.

Diagnosestellung:

Neben der Untersuchung der Schulter wird die Diagnose durch ein Röntgenbild gesichert, welches den Verschleiß zeigt. Begleitend können ein Impingementsyndrom und/oder eine Rotatorenmanschettenruptur vorliegen.

Behandlung:

Eine konservative Therapie ist bei symptomatischer Schulterreckgelenksarthrose (Abb. 1 B) durch lokale Infiltration des Schulterreckgelenks mit einem lokalen Schmerzmittel und Kortison möglich, häufig aber nicht langfristig erfolgreich. Sollten die Beschwerden weiterhin bestehen, so kann durch einen arthroskopischen (Abb. 1 C), seltener einen offenen Eingriff Abhilfe geschaffen werden.

Operation/ Komplikationen/ Nachbehandlung:

Bei der Operation wird arthroskopisch (in Schlüssellochtechnik), seltener offen der äußere Anteil des Schlüsselbeins entfernt. Komplikationen sind sehr selten. Grundsätzlich möglich sind die Infektion, Wundheilungsstörungen, eine Bewegungseinschränkung sowie der Verbleib von Restbeschwerden. Die Entlassung aus dem Krankenhaus erfolgt am 2. Tag nach der Operation. Nach der Operation sollte eine krankengymnastische Beübung 3 Mal in der Woche entsprechend einem von uns mitgegeben Nachbehandlungsschema stattfinden. Bis zur Beschwerdefreiheit können 6-12 Wochen vergehen.

Arbeitsfähigkeit:

Für sitzende Tätigkeiten besteht je nach Schmerzen nach 3-4 Wochen Arbeitsfähigkeit. Schulterbelastende Tätigkeiten sollten erst nach kompletter Beschwerdefreiheit durchgeführt werden.

Sport:

Joggen und Fahren auf dem Ergometer sind nach 4-6 Wochen möglich. Schulterbelastende Sportarten sollten erst nach ca. 3 Monaten bzw. kompletter Beschwerdefreiheit durchgeführt werden.



Abb. 1: Gesundes (A) und deutlich verschlissenes (B) Schulterreckgelenk im Röntgenbild. C zeigt den Befund aus B nach Durchführung einer arthroskopischen Resektion des Schulterreckgelenkes mit jetzt ausreichend weitem Gelenkspalt.