

# Vortrag: Das „neue Knie“ fürs Leben

**ALSFELD** (red). „Knieendoprothese“, besser bekannt als „neues Knie“ – ist für viele Menschen ein Hoffnungsschimmer und war Mittelpunkt des Vortrags von Dr. Arno Kneip, Chefarzt Unfallchirurgie und Orthopädie am Kreiskrankenhaus des Vogelsbergkreises in Alsfeld (KKA).

Neben Informationen zur Entstehung degenerativer Knieerkrankungen und Wegen zurück in ein beweglicheres Leben hatte der Mediziner vor allem eine gute Portion Zuversicht für die knapp 80 Zuhörer dabei. „Denn die Knieendoprothesen – kurz Knie-TEP – versprechen mittlerweile gute Erfolge“, erklärte Dr. Kneip. Permanent wurden die TEP in den vergangenen Jahrzehnten weiterentwickelt und verbessert. „Auch ein aktiver Lebenswandel ist mit den aktuellen Generationen der Prothesen gut möglich“, unterstrich Kneip.

Das Kniegelenk ist widerstandsfähig, aber durch Verletzungen oder Fehlstellungen wird es übermäßig belastet und verschleißt schneller. Wichtig ist es daher, das Knie möglichst lange gesund zu halten und zu schonen. Er machte aber auch deutlich, dass Verletzungen, Achsfehlstellungen oder Meniskusschäden sowie Bandinstabilitäten und Genetik Bemühungen zunichtemachen können. „Auch Bauchfett, Mikroplastik, Gicht, Alkohol und ein nicht normgerechter Body-Mass-Index schädigen den Knorpel“, fügte er an.

Hyaluronsäureinjektionen, operative Eingriffe oder Veränderungen der Beinachse könnten dann Abhilfe schaffen – allerdings nur zeitlich begrenzt. „Sind die Schmerzen unerträglich, liegen Bewegungsstörungen, Instabilitäten und Fallneigung vor, steht heute ein Gelenkersatz mit guter Prognose zur Verfügung“, sagte der Orthopäde.

Die wichtigste Neuerung ist die Anpassung der Knie-TEP auf die vorhandenen Bänder im Knie. „Wir nutzen am KKA ein computergestütztes Verfahren, bei dem die Spannung noch während der Operation kontrolliert und die Prothese entsprechend angepasst wird“, berichtete der Mediziner. Diese Methode erlaube besser sitzende Prothesen und in ihrer Funktion sehr flexible Kniegelenke. „Wer beispielsweise vor der Prothese aktiver Sportler war, kann, wenn er sich gut dabei fühlt, auch wieder Sport ausüben“, fügte er an.

„Das beste Knie ist allerdings immer das eigene – und jede nicht gemachte OP ist besser für das Gelenk“, stellte Dr. Kneip klar. Schon früh seine Gelenke zu pflegen, auf Ernährung zu achten, sich zu bewegen und die Koordination zu trainieren ist Pflicht.