

# SORGENKIND „Meniskus“

TEXT DR. THOMAS GANGL,  
DR. VOLKER STOLL  
FOTO ANDREA BOWINKELMANN

**D**er Meniskus wird täglich bei jeder Bewegung des Kniegelenks beansprucht. Sportarten mit Beuge- und Drehbewegungen im Kniegelenk wie zum Beispiel Tennis, Fußball oder Skifahren belasten ihn besonders stark. Bei Menschen in den mittleren Lebensjahren beginnt der Meniskus zu verschleißen. Bei jungen Patienten entstehen Meniskusläsionen (-risse) meist im Rahmen von Sportverletzungen. Zur Verletzung kommt es dann typischerweise bei einer Dreh-Sturzbewegung sowie beim schnellen Beugen oder Strecken. Dabei kann der freie Meniskusrand zwischen die Gelenkkörper geraten und reißen. Oft treten Meniskusrisse in Kombination mit anderen Knieverletzungen auf (z.B. Kreuzbandrupturen).



Sportarten mit Beuge- und Drehbewegungen im Kniegelenk belasten den Meniskus besonders stark

## WELCHE SYMPTOME TRETEN BEI EINER MENISKUSVERLETZUNG AUF?

Bei einem akuten Meniskusriss verspürt der Patient plötzlich Schmerzen im Knie. Ist ein Teil des Meniskus abgerissen, kann dieses Stück eingeklemmt und zu schmerzhaften Blockierungen des Kniegelenkes führen. Zusätzlich kann ein Gefühl von Instabilität auftreten. Ist der Meniskusriss durch Verschleiß entstanden, sind die Symptome meist weniger deutlich. Der Patient hat vor allem bei Belastung zunehmende Schmerzen im Kniegelenk. In den meisten Fällen ist die ärztliche Untersuchung zielweisend. Als beste Methode zur Bestätigung der Verdachtsdiagnose von Meniskusverletzungen gilt die Magnetresonanztomographie. Ist weiterhin unklar, ob ein Meniskusschaden vorliegt, ist bei anhaltenden Beschwerden der nächste Schritt eine Kniegelenkspiegelung (Arthroskopie), bei der man den Schaden auch gleich behandeln kann.

## DIE BEHANDLUNG

Die Behandlung eines Meniskusrisses hängt von Faktoren wie Größe und Lage des Risses, aber auch von Alter, Sportlichkeit und Schmerzen des Patienten ab. Nicht jede Meniskusläsion muss operiert werden. Größere und instabile Meniskusverletzungen sollten jedoch operiert werden, weil hier ein Knorpelschaden und damit ein Gelenkverschleiß (Arthrose) droht. Je nach Art der Verletzung kommen Meniskusteilentfernung, Meniskusnaht bzw. -refixation oder ein Meniskusteimplantat (z.B. aus Kollagen) in Frage. Nach einer entsprechenden Nachbehandlung sollte der Beginn sowie Art und Umfang der Belastung mit dem behandelnden Arzt abgesprochen werden.